bibliothek
nsburg
Med 440

Tissot

SBR 069027389447

S. A. D. Tissot,

der Arzneykunst Doktor, und öffentlichen Lehrers in Lausanne, dann Mitglied zerschiedener Gesellschaften und Akademien,

von der

Gesundheit

der

Gelehrten,

und anderer Leute, die bey ihren Geschäfften wenige Bewegung machen.

Aus dem Französischen übersetzt.

Morbus est etiam aliquis per sapientiam mori. PLIN.

W I E N,
gedruckt bey Johann Thomas Edlen von Trattnern kaiserl. königl. Hofbuchdruckern und Buchhändlern.

1 7 7 0.

Vorrede.

Es war mir niemals eingefallen diese Abhandlung, französisch heraus zu geben, und ich hatte so gar die Herren Didot und Crasset abgehalten die Uebersetzungen drucken zu lassen, die man ihnen davon angebothen hatte: denn außer den Fehlern des Werks an sich selbst, welche ich bey einer neuen lateinischen Ausgabe zu verbessern willens war, schien mir seine oratorische Form zu verlangen, daß es in der Leute ihrer Sprache blieb, denen es eigentlich bestimmt war, allein ich habe mich genöthiget gesehen mein Vorhanben zu ändern, und eine abscheuliche Uebersetzung,

so man in Paris gemacht *), hat mich in die Nothwendigkeit versetzet, es unter meinen Augen von neuem drucken zu lassen, um mich der Schande zu entziehen, ein so schlechtes Buch gemacht zu haben, als da ist, so man unter meinem Namen bekannt gemacht hat; und welches doch nicht das meinige ist, ob man gleich dem Publico solches zu überreden gesucht hat, indem man in dem Vorberichte, den man diesem verunstalteten Werke vorausgeschickt hat, und wovon ich nichts gehöret hatte, als bis ich es in einem Bücherverzeichnisse angekündiget sah, fälschlich gesagt hat: „Herr Tissot ist so gütig gewesen, „diese Uebersetzung selbst zu übersehen; er hat die „Anmerkungen gebilliget, die hier beygefüget sind, und „man hat sich mit Erkenntlichkeit seine Beobachtungen „zu Nutze gemacht **)„!

*) Avis aux Gens de Lettres et persones sedentaires sur leur sante, aus dem Lateinischen des Herrn Tissot. Paris bey F. Th. Herissant Sohn. Das Werk ist nicht nur sehr verstümmelt, sondern es ist auch so schrecklich verunstaltet, daß ich es an vielen Orten nicht habe verstehen können; und es scheint, daß der Uebersetzer den wahren Sinn des Originals nirgends recht eingesehen habe, welches außerdem genug Fehler der Ordnung, der Nachläßigkeit und des Drucks hatte, ohne daß es noch durch die verstellt zu werden brauchte, so wider den gesunden Verstand und die ersten Anfangsgründe der Arzneygelehrsamkeit sind, wovon die Uebersetzung voll ist.

**) Es wäre zu wünschen, daß alle Uebersetzer allezeit thäten, was dieser gethan zu haben vorgiebt, und die Verfasser um Rath fragten, wie solches fast alle Uebersetzer meines Traktats Avis au Peuple gethan haben; das Publicum und der Verfasser würden dabey gewinnen. Allein es ist etwas strafbares zu sagen, daß man es gethan habe, wenn man es nicht gethan hat. Auch habe ich mit vielem Misvergnügen gesehen, daß diese Uebersetzung in Holland bey dem Herrn Rey

Anfänglich nam ich mir vor sie nach dem Originale zu verbessern, und blos eine getreue Uebersetzung davon zu liefern: allein dieses ist unmöglich gewesen. Und da ich mich einmal sie umzuschmelzen genöthiget sah, so habe ich alle Verbesserungen und Zusätze hineingebracht, welche ich zu einer neuen lateinischen Ausgabe bestimmet hatte. Man kann sie also bey nahe als ein ganz neues Werk betrachten, dem man aber unglücklicher Weise die Eilfertigkeit ansehen wird, mit welcher es mitten unter beständigen Verhinderungen verfertiget worden ist; welche nebst der Unbequemlichkeit, jeden Bogen sogleich in die Druckerey zu schicken, so wie er fertig war, an einer Menge von Unrichtigkeiten und Wiederholungen in der Schreibart schuldig sind, für welche ich mir die Nachsicht des Lesers erbitte, welcher ohne Zweifel finden wird, daß ich sie noch für viele andere Artikel erbitten sollte.

Ob man gleich bereits eine große Anzahl Werke über die Gesundheit der Gelehrten hat, so getraue ich mir doch zu sagen, daß die Materie beynahe noch ganz neu war; und ich wünsche, daß sie die guten Richter nicht mehr ganz neu finden mögen, wenn sie diese Abhandlung werden gelesen haben. Des Herrn Ramazzini Traktat über eben diesen Gegenstand, und vornehmlich einige Artikel aus einer Abhandlung des ver-

in den Auszügen aus den besten Journalen in Europa, welche er mit dem Journal der Gelehrten verbindet, im Januar 1768, von neuen gedruckt worden ist. Ich bitte daher alle Herrn Journalisten, bekannt zu machen, daß ich besagte Werk nicht für das meinige erkenne.

storbenen Herrn **Plattners**, sind fast die einzigen, worinnen man die Materie in einigen ihrer wahren Gesichtspunkte betrachtet findet; allein Herr Ramazzini hat der Sache kein Genüge geleistet, und Herr Plattner, der diese Materie gewiß erschöpft haben würde, wenn er sich eigentlich damit beschäfftiget hätte, hat sie gleichsam nur im Vorbeygehen betrachtet; doch ist dieses der Author gewesen, der sie bis hieher am besten eingesehen hat. Das große Werk, welches der verstorbene Herr **Pujat**, ein berühmter Professor zu Padua, von dem man außerdem vortreffliche Werke hat, über diesen wichtigen Gegenstand bekannt gemacht hat, ist eine bloße Compilation von allgemeinen Regeln der Diätetik, ohne daß darinnen besonders einige Rücksicht auf den Zustand der Gelehrten genommen ist, noch irgend eine neue Beobachtung angebracht findet *).

Ich habe mich bemühet, alle besondere Umstände, die sich auf die Gesundheit beziehen, deutlich vorzustellen, welche den Stand der Gelehrten von andern Ständen in der Gesellschaft unterscheiden; und ich habe die Wirkungen davon so deutlich erkläret, als es mir möglich gewesen ist. Endlich habe ich solche Regeln vorgeschrieben, welche mir am geschichtesten geschienen haben, die Gefahr bey einer Lebensart zu vermindern, welche niemals so gesund seyn wird, als es zu wünschen wäre: und es wird ein groses Vergnügen für mich seyn, wenn dieser verehrungswürdige Theil von

*) Della preservatione della salute de Letterati. Venez. 1762.

Menschen, der sich der Unterweisung der andern aufopfert, hier einige Rathschläge findet, deren Beobachtung die Uebel vermindern können, denen sie ihr Beruf aussetzt. Sie könnten selbst etwas beytragen dieses Werk vollkommener zu machen, wenn sie mir die wichtigen Beobachtungen mitzutheilen die Gewogenheit haben wollten, welche sie etwa über ihren eignen Zustand gemacht haben.

In dem Theile, der von der Diät handelt, wird man nichts neues finden: fast alle die Rathschläge, die ich daselbst gebe, befinden sich in allen Schriftstellern, welche über die Mittel, die Gesundheit zu erhalten, geschrieben haben. Allein gleichwie man sich durch Bekanntmachung neuer Wahrheiten berühmt macht, so macht man sich nützlich, wenn man diejenigen, die schon bekannt sind, den Personen in die Hände giebt, welchen sie nützlich sind; und eins ist dem andern ohne Zweifel gleich.

Ich habe die Anführungen beybehalten, weil sie mir nützlich scheinen, ob man sie gleich täglich mehr und mehr aus den französischen Werken verbannet. Die Schriftsteller, welche ihren Gegenstand erschöpfen, und ihren Nachfolgern nichts mehr zu sagen übrig lassen, können sie entbehren; ihre Werke sind vollendete Gebäude, woran man niemals mehr Hand anlegen wird: allein ich, nebst vielen andern, befinde mich unglücklicherweise nicht in diesem Falle, und alsdann, däucht mir, muß man citiren, um denen, welche dieselbe Arbeit wieder vornehmen, die Entdeckung der Quellen zu erleichtern, woraus sie schöpfen können.

Bey

Bey meinen eigenen Werken habe ich es nicht gethan; allein wenn man sich anderer ihrer bedienet, so hat es nichts zu bedeuten, wenn man ihnen durch einige Buchstaben, die unten auf jeder Seite stehen, wo sie niemanden keinen Schaden thun, seine schuldige Hochachtung bezeuget. Lausanne, den 8ten April 1768.

Von

Von der Gesundheit der Gelehrten 2c.

§. 1.

Meine Herrn, da ich berufen bin, auf dieser Akademie eine Wissenschaft einzuführen, welche bisher noch keinen ordentlichen Lehrer darauf gehabt hat; so nahm ich mir gleich Anfangs vor, Sie heute von den Verbindungen zu unterhalten, welche sie mit den Wissenschaften hat, die man seit verschiedenen Jahrhunderten mit so vielem Ruhme daselbst lehret, und alle die Hülfsmittel zu entdecken, welche sie daraus zieht, und welche sie ihnen an die Hand giebt.

Es würde mir sehr angenehm gewesen seyn, öffentlich hier zu erklären, wie viel wichtige Dinge sie von der Religion entlehnet. Ich hätte gern die niederträchtigen Betrüger beschämet, welche die Religion der Aerzte anzuschwärzen sich unterfangen. Ich würde mit vielem Vergnügen bewiesen haben, wie viel Licht

eine Wissenschaft über die Religion ausbreitet, welche mit der Untersuchung der allervollkommensten Kreatur beschäfftiget ist, und aus dem bewunderns würdigen Mechanismus des gesunden Menschen, wie auch aus der vielleicht noch mehr bewunders würdigen Heilung des kranken Menschen unwiedersprechliche Beweise von dem Daseyn und von der unendlichen Weisheit des Schöpfers ziehet. Man nehme an, die Menschen hätten die Gottheit ganz vergessen: so werden sie die Aerzte gar bald wieder zu den erhabenen Begriffen zurück rufen, welche ihnen ihre Wissenschaft von diesem unsterblichen Wesen geben wird, wovon niemand, wenn ich so reden darf, mit mehrerer Richtigkeit und Erhabenheit geredet hat, als sie.

Was für eine Menge von Schriftstellern könnte ich hier beybringen, wenn ich sie alle anführen wollte! Allein, werde ich wohl den Hippocrates, unser Haupt, vorbey gehen können, welcher unter allen Schriftstellern zuerst behauptet hat, daß das Ohngefähr ein Nichts ist, und daß alle Begebenheiten, welche man zufällige nennet, von dem Willen des Höchsten regieret werden (*).

Gale-

(*) Ob man gleich die Religion des Hippocrates ohne alle Ursache angegriffen hat, so ist sie doch mit vielem Nachdrucke vertheidiget worden. Johann Stephano, ein venetianischer Arzt, gab im J. 1638. zu Vene-

Galenus (*), den man dem Hippocrates an die Seite setzt, hat sehr weitläufig bewiesen, daß die bewundernswürdigen Eigenschaften des

Venedig ein kleines aber sehr wichtiges Werk heraus, welches den Tittel führt, Hippocratis Coi Theologia, worinne er die Uebereinstimmung der Lehrsätze dieses Arztes und derer so Plato, Aristoteles und Galenus gehabt haben, mit der christichen Religion beweißet; und Herr Drelincourt gab im Jahre 1688 über eben diesen Gegenstand eine griechische Rede heraus, die man ins Französische übersetzt hat. Herr Gundling, Professor zu Halle, machte zu Anfange dieses Jahrhunderts unter dem Titel: Nebenstunden eine Sammlung von Abhandlungen bekannt, wovon die eine betitelt war: Hippocrates der Atheist: allein, Herr Gölicke in ei ner Rede, und nachgehends in seiner Geschichte der Arzneywissenschaft, Herr Triller, in einer lateinischen Abhandlung Hippocrates, dem man fälschlich die Gotteslaugnung Schuld gegeben, betitelt) welche in der Sammlung seiner Werke mit ansehnlichen Vermehrungen aufs nrue gedruckt worden ist; Herr J. le Clerc in seiner Bibl. anc. et moderne t. 15. a. d. 428. S. Herr J. A. Schmid in einer Abhandlung (die Theologie des Hippocrates) so zu Helmstädt gedruckt worden, und endlich Herr Fabricius in einigen Anmerkungen des 13ten Theils seiner griechischen Bibliothek, haben die Richtigkeit dieser verhaßten Beschuldigungen wider die Lehre des Hippocrates so gut bewiesen, daß es niemanden erlaubt ist, die Reinigkeit derselben in Zweifel zu ziehen. Ueberall, wo er etwas zu reden Gelegenheit hat, das sich

auf

menschlichen Daumens allein klärlich darthun, daß ein Gott ist; und er nennet sein Buch von dem Gebrauche der Theile des menschlichen Leibes, ein zur Ehre dieses Wesens errichtetes Denkmaal.

Polychrestes bekam wegen seiner grossen Frömmigkeit den rühmlichen Zunahmen der Geliebte Gottes (**) Boyle, der selbst so schöne Sachen geschrieben, und der durch eine milde Stiftung, welcher er große Einkünfte hinterlassen, sich berühmt gemacht hat, durch alle Jahrhunderte die geschick-

auf die Gottheit bezieht, redet er davon als ein Mensch der mit der tiefsten Hochachtung vor sie eingenommen ist. Und wer könnte auch mehr davon überzeugt und eingenommen seyn, als die Aerzte? sie sehen sie überall, und die Wunder seiner Werke fallen ihnen alle Augenblicke in die Sinne. Vielleicht könnte man sagen, daß sich die Gottesgelehrten damit beschäfftigen, und daß sie die Aerzte betrachten.

*) Gallenus bezeuget nicht weniger Religion als Hippocrates; und wenn man in einem seiner Werke zwo Stellen findet, wovon die eine dem Christenthume Schuld giebt, daß es gar keine Beweise vor sich habe; und die andere den Eifer der ersten Christen in ihrer Lehre lächerlich macht: so beweißet dieses nicht, daß Gallenus ein Bösewicht war, sondern nur, daß er kein Christ war.

(**) ΘΕΟΦΙΛΕΣΤΑΤΟΣ.

geschicktesten Leute Englands zur Vertheidigung der natürlichen und geoffenbarten Religion wider die Ungläubigen aufgemundert; Sydenham, sein Freund, und der neuere Hippocrates; der unsterbliche Locke; der große Boerhaave; der berühmte Hofmann, ein wahrhaftig frommer Mann, ob er gleich nicht gänzlich von allen Ueberbleibseln des Aberglaubens frey war; und, um auch von unsern Zeitgenossen zu reden, so hat Herr Tralles, der die Irrthümer des la Mettrie so gründlich wiederlegt (*); der Herr von Haller, der in einer Abhandlung, worinne man ebenfalls den Nachdruck findet, welcher alle seine Werke charakterisirt, hat die Grundsätze und die traurigen Folgen der Irreligion untersucht, und ihnen die Grundwahrheiten und glücklichen Wirkungen des Christenthums entgegen gesetzt (**). Es ist zwar wahr, je erleuchteter die Aerzte sind, desto weniger halten sie auf den Aberglauben, und alle seine Ausübungen, auf die thörichten Träumereyen des Volks von allen Ständen, auf den Unsinn einer unordentlichen Einbildung, welche jeder Lehrer als die Regel der Wahrheit vorschlägt, weil es seine Meynung ist; sie lachen über diese Hirngespinste, welche man an die Stelle der Wahrheit setzen will; sie weigern sich, den

(*) Anima humana u. s. w.

(**) Discours sur l'irreligion a *Neufchadel* 1755.

Schatten statt des Körpers zu umfassen; und daher entstehen diese Klagen, diese Beschuldigungen, Schmähungen und großen Verläumdungen, womit man jederzeit diejenigen überhäuft, welche am wenigsten Gelegenheit geben, ihnen mit Grunde was übels nachzureden.

Ich würde mich auf eine angenehme Art beschäfftiget haben, die genaue Verreinigung, die vollkommne Verbindung, und die wechselsweise Abhängigkeit zu entwickeln, welche sich zwischen der Wissenschaft der Sitten, und der Gesundheit befindet: und ich würde diesen Weg mit desto größerer Zuversicht betretten haben, da er von den beyden größten Meistern, dem Hippocrates und Galenus, gebahnet worden ist. Der erste thut in seinem kleinen Tractate von der Diät fast nichts, als daß er die Gleichheit der Seelen aller Menschen fest zu setzen sucht; und er glaubt, alle Grade ihrer Weisheit oder ihrer Thorheit, in dem Grade ihrer Mäßigkeit oder Unmäßigkeit zu finden.

Der zweyte hat mit einem glücklichen Erfolge den Einfluß der zerschiedenen Zustände des Körpers auf die Kräfte der Seele gezeigt. Vor mehr als sechzehn Jahrhunderten bath er die Weltweisen, welche die Erziehung der Jugend besorgten, daß sie ihm diejenigen übergeben möchten, deren Sitten unregelmäßig wären. „Diejenigen, sagte er, denen es nicht glaublich „vorkömmt, daß die Speisen einige eingezoge-

„ner,

„ner, andre ausschweifender, noch andre unmäs-
„sig, viele mäßig, unternehmend, furchtsam,
„sanftmüthig, bescheiden, zänkisch machen, kom-
„men zu mir und fragen, was sie essen und trin-
„ken sollen: so werden sie empfinden, daß sie
„geschickter zur Moralphilosophie, und fähiger
„geworden, die Kräfte einer vernünftigen
„Seele vollkommener zu machen, wenn ich da-
„durch ihren Scharfsinn und ihr Gedächtniß
„werde gestärket, und sie fleißiger und klüger
„werde gemacht haben. Den außerdem, was
„die Speisen und den Trank anbetrift, so wer-
„de ich sie auch von dem Einfluße der Winde
„von der Beschaffenheit der Luft, die uns um-
„giebt, von den Oertern, die man vorziehen,
„und von denen, die man vermeiden muß, un-
„terrichten (*)" Wenn ich auch diese Materie noch so weitläufig abgehandelt hätte, so würde ich doch nicht alles erschöpft haben, was die Rechtsgelehrsamkeit und die Arzneywissenschaft mit einander gemein haben. Will der Gesetzgeber Gesetze geben, oder will der Richter, indem er mit der Wage der Themis in der Hand auf seinem Richterstuhle sitzt, Fragen des bürgerlichen, peinlichen oder geistlichen Rechts entscheiden, so trifft er eine Menge Fälle an, wo er unsere Grundsätze, und denjenigen weitläuftigen Zweig der Arzneywissenschaft nöthig hat, der Medicina forensis genennet wird.

(*) Das Buch, quod animi mores, corporis temperamenta sequantur. Cap. 3. Charterius T. 5. p. 457.

Man müßte den größten Theil der Naturlehre durchgehen, wenn man alle die Theile anzeigen wollte, welche ihr mit der Arzneywissenschaft gemein sind. Die ersten Weisen, welche sich mit der Betrachtung der Natur beschäfftigten, machten sich auch zugleich mit der Heilung der Krankheit zu thun; und Pythagoras, Empedocles, Democritus u. s. w. vereinigten die schönsten Kenntnisse der Physik und Medicin. Hippocrates trennete diese beyden Wissenschaften zuerst, aber nicht, um sie auf immer von einander abzusondern, sondern nur einen überaus großen Körper von Gelehrsamkeit in Theile zu theilen, welche ein einziger Mensch allein nicht fassen konnte, und welche viele zu beschäfftigen hinreichte, ohne daß er dabey vergaß, daß es Glieder sind, welche natürlicher Weise zu einem und eben demselben Ganzen, gehören. Der Theil dieses Ganzen der sich mit dem Körper, in so fern er Körper ist, beschäfftiget, hat den Namen Physik behalten; dahingegen die andern besondere Namen bekommen haben, die sich auf die zerschiedenen Arten der Körper beziehen, welche sie betrachten. Der menschliche Körper ist der Gegenstand der Arzneywissenschaft. Und was ist die Arzneywissenschaft ohne die Naturlehre? Derjenige, der die Kräfte und Eigenschaften der Körper und die Gesetze der Bewegung nicht weis, wird niemals die Heilungskunst lernen; die Lehrer der Arzneywissenschaft belästigen sich

niemals

niemals mit dergleichen Schülern. Wenn aber die Medicin der Physik viel zu danken hat, so giebt sie ihr auch viel wieder. Und wie sehr haben sie nicht die Aerzte bereichert? Gilbert, ein englischer Arzt, hat zuerst die electrischen Phänomena deutlich erkläret; Boyle, Lehrer zu Oxford, hat der Naturlehre mehr Dienste gethan, als irgend ein andrer Gelehrter; Börhaave hat ihr durch seine Erfahrungen über die Elemente ein ganz neues Ansehen gegeben. Und um deren nicht mehr anzuführen, so hatte der gelehrte Muschembroek, den alle Naturlehrer einmüthiglich vor ihr Haupt ansehen, zu seinem Ruhme durch praktische Werke den Grund gelegt.

Zwischen der Arzneywissenschaft und den Sprachen, der Historie, der Litteratur, ist eine nicht so merkliche Verbindung; unterdessen ist doch wirklich eine da. Welcher Arzt würde sich nicht schämen; wenn er die Geschichte und die schönen Wissenschaften nicht studiret hätte; Wer ist derjenige, dem es nicht ein Vergnügen ist, die Väter der Arzneywissenschaft in ihrer Sprache zu lesen? Und wer bedauret nicht, daß er die Sprache der Arabischen Lehrer nicht weis, wovon man bis hieher blos schlechte Uebersetzungen erhalten hat.

Die Arzneykunst kömmt diesen Wissenschaften ebenfalls zu statten. Die Geschichte hat dunkle Stellen, welche die Medicin allein aufzuklären im Stande ist. Celsus, den diejeni-

gen Tag und Nacht lesen, welche ein zierliches und reines Latein zu reden verlangen, ist einer von den berühmtesten Aerzten des Alterthums. Plinius hat die Arzneykunst nicht getrieben, allein er hat sie verstanden; er hat fast allein für sie gearbeitet, und man hat von seinem Werke mit Recht gesagt, daß man darinne nicht nur wie in andern Schriftstellern, Hülfsmittel das Latein zu erlernen, anträfe, sondern, daß es die lateinische Sprache gänzlich in sich faßte. Areteus, den wir als einen großen Meister in der Heilungskunst verehren, ist er es nicht auch in der griechischen Sprache? Galenus hat eine Beredsamkeit, die ihm ganz eigen ist. Alexander von Tralles hat die seinige, und die Liebhaber des Arabischen gestehen, daß es nirgends so rein sey, als in den Schriften der Aerzte.

Man sieht also aus dem, was ich eben gesagt habe, so gleich, daß eine so reiche Materie ganz leicht abzuhandeln gewesen wäre; allein, nach einer aufmerksamern Untersuchung habe ich ganz anders davon geurtheilet; und indem ich diesen schönen Gegenstand Leuten von mehrern Gaben überlasse, so habe ich in der Ausübung der Arzneykunst einen erwählet, der Ihnen an und für sich zu gefallen im Stande ist, und der ganz ungekünstelt ausgeführet zu werden brauchte. Der Ackermann redet von seinen

Och-

Ochsen (*), der Matrose von den Winden, und ich, als ein Arzt, der vor einer gelehrten Gesellschaft zu reden berufen worden, habe geglaubt, nicht etwas gleichgültiges vorzubringen, wenn ich Sie von der Gesundheit der Gelehrten unterhielte.

§ 2.

Man hat schon seit langer Zeit angemerket, daß die Beschäfftigung mit den Wissenschaften der Gesundheit des Leibes nicht allzu vortheilhaft sey: und nachdem Celsus den Gelehrten von der Gefahr bey ihren Berufe Nachricht gegeben hat, so ertheilet er ihnen auch Rathschläge, um derselben abzuhelfen. Plutarch, dieser vortrefliche Beurtheiler von alle dem, was den Namen des Guten und Ehrbaren verdienet, gieng noch weiter, und wollte nicht nur, daß die Gelehrten von den Vorschriften der Arzneykunst Gebrauch machen, sondern, daß sie auch solche studiren sollten, er hielt für unbillig, daß sie ihr Leben oft unnützen Wissenschaften aufopferten, und dabey die Kunst der Gesundheit vernachläßigten. Ohne Zweifel wissen sie nicht, sagt er, daß diese kostbare Kunst lange Zeit ein Theil der Weltweisheit gewesen ist, und daß die Arzneywissenschaft vornehmlich denen nöthig sey, die ihren Körper durch starkes

(*) De tauris dicit arator, nauita de ventis,
Quod Medicorum est promittunt Medici.

tes Nachdenken und durch Nachtstudiren erschöpfen.

§. 3.

Die Krankheiten der Gelehrten haben zwo Hauptquellen, die stetigen Arbeiten des Geistes und die beständige Ruhe des Leibes: um aber ein genaues Gemälde davon zu entwerfen, so darf man nur die traurigen Wirkungen dieser beyden Ursachen erzählen.

§. 4.

Die Metaphysik untersuchet die Ursachen des Einflusses des Geistes auf den Körper, und des Körpers auf den Geist: die Medicin beschäfftiget sich mit Gegenständen, die zwar nicht so groß, aber vielleicht gewisser sind; und ohne auf die ersten Ursachen dieser wechselsweisen Wirkung der beyden Substanzen, woraus der Mensch bestehet, zurück zu gehen, so begnügt sie sich, die Phenomena, welche daraus entstehen, aufmerksam zu betrachten. Die Erfahrung lehret sie, daß dieser oder jener Zustand des Körpers nothwendigerweise diese oder jene Bewegung der Seele hervorbringt, und daß diese oder jene Bewegung der Seele nothwendigerweise diese oder jene Bewegungen des Leibes hervorbringen; daß, indem die Seele mit Denken beschäfftiget ist, ein Theil des Gehirns in einer Art von Spannung sich befindet, welche es ermüdet: sie treibt ihre Untersuchung nicht weiter, und braucht nicht mehr davon zu wissen.

Die

Die Vereinigung der Seele und des Leibes ist wirklich so groß, daß man sich schwerlich vorstellen kann, es könne eines wirken, ohne daß das andre mehr oder weniger von seiner Wirkung empfinde. Die erschütterten Werkzeuge der Sinne bringen den Gegenstand der Gedanken in den Geist, indem sie die Fibern des Gehirns erschüttern; und indem sich die Seele damit beschäfftiget, so sind die Werkzeuge des Gehirns in einer mehr oder weniger starken Bewegung, in einer mehr oder weniger großen Spannung; diese Bewegungen ermüden das nervichte Mark, und diese so zarte Substanz befindet sich nach einem langen Nachdenken eben so erschöpft, als es ein starker Körper nach einer heftigen Bewegung ist. Derjenige, so in seinem Leben einmal stark nachgedacht, hat dieses an sich selbst erfahren; und es ist wohl kein Gelehrter, der nicht oft mit einem heftigen Kopfweh und vieler Hitze in diesem Theile aus seiner Studirstube gekommen wäre, welches von der Ermüdung und Erhitzung herrühret, worinne sich das Mark des Gehirns befindet. Man kann auch den Eindruck dieser Ermüdung in den Augen wahrnehmen; und wenn man einen Menschen betrachtet, der sich im Nachdenken vertieft hat, so sieht man, daß alle Muskeln seines Gesichts gespannet sind; ja, man sieht sogar bisweilen, daß sie Verzuckungen machen. Plato hatte schon die Gefahr einer allzustarken Bewegung gesehen; Wenn

die Wirkung der Seele zu stark ist, sagt er, so erschüttert sie den Körper dermaßen, daß er in eine Art von Mattigkeit verfällt; wird sie bey gewissen Umständen stärker, so fühlt er der Leib, es wird erhitzt und geschwächt. Ramazzini, ein berühmter italiänischer Arzt, hat eben diese Uebel bemerket: die Vereinigung der Seele und des Leibes ist so beschaffen, und sie das Gute und das Böse, so ihnen begegnet, wechselweise mit einander theilen: der Geist ist unfähig, sich zubeschäfftigen, wenn der Leib durch allzugroße Bewegungen ermüdet ist; und ein gar zu langes Anhalten im Studiren zerstöret den Körper, indem es die Lebensgeister zerstreuet, welche zu seiner Wiederherstellung nöthig sind (*) Um diese Einflüsse der Arbeit des Geistes auf die Gesundheit des Leibes zu begreifen, so darf man sich 1) nur dasjenige wieder vorstellen, was ich bereits angezeiget habe, und welches die Empfindung eine jede Person lehret, die denkt, und beym Denken auf sich Achtung giebt, daß nämlich das Gehirn beschäfftiget ist, während daß man denkt. 2) Daß jeder Theil des Leibes, welcher beschäfftiget ist, müde gemacht wird, und daß seine Verrichtungen in Unordnungen gebracht werden, wenn die Arbeit zu lange währet. 3) Daß alle Nerven aus dem Gehirn ihren Anfang nehmen, und zwar just aus

(*) Opera omnia a. d. 648 S.

dem Theile des Gehirns, welcher das Werkzeug der Gedanken ist, und den man das sensorium commune nennet. 4) Daß die Nerven einer von den Haupttheilen der menschlichen Maschine sind, daß sie bey allen Verrichtungen unumgänglich nöthig sind, und daß es die ganze animalische Oeconomie empfindet, so bald ihre Wirkung in Unordnung gerathen ist. Aus diesen ganz einfachen Grundsätzen kann ein jeder gleich sehen, daß die Nerven, wenn das Gehirn durch die Wirkung der Seele erschöpft ist, nothwendig leiden müssen, und daß ihre Unordnung den Verlust der Gesundheit nach sich ziehe, und endlich die Leibesbeschaffenheit gänzlich zerstöhre, ohne daß irgend eine fremde Ursache Theil daran habe.

§. 5.

Die übeln Folgen unnützer Bücher sind, daß man die Zeit verliert, und das Gesicht ermüdet: diejenigen aber, welche durch die Stärke und Verbindung der Ideen die Seele außer sich selbst setzen, und sie zum Nachdenken zwingen, nutzen den Geist ab, und erschöpfen den Körper; und je lebhafter und anhaltender dieses Vergnügen gewesen ist, desto trauriger sind die Folgen davon. Alles ermüdet uns endlich, sagt der Herr von Montesquieu, und vornehmlich die großen Vergnügungen. Die Fibern, welche die Werkzeuge davon

gewesen sind, haben der Ruhe nöthig; man muß andre gebrauchen, die geschickter sind, uns zu dienen, und die Arbeit gleichsam vertheilen (*) Malebranche wurde von einem heftigen Herzklopfen befallen, als er den Menschen des Deskartes las; und es befindet sich itzt zu Paris ein Professor der Redekunst, der sich übel befindet, wenn er die schönen Stellen des Homers liest (**).

§. 6.

Das Gehirn, welches wenn man mir diese Vergleichung erlauben will, das Kriegstheater ist, die Nerven, welche ihren Ursprung daher haben, und der Magen, der viele sehr empfindliche Nerven hat, sind die Theile, welche von der Arbeit des Geistes gemeiniglich am ersten und am meisten leiden: es ist aber fast kein einziger, der es nicht empfinden sollte, wenn die Ursache lange fort wirket.

§. 7.

Der Herr van Swieten redet von einem verdienstvollen Manne, dessen gelehrte Nachtbeschäfftigungen (***) seine Gesundheit verdorben hatten: er bekam den Schwindel, so oft er einer

(*) Petit Porte-feuille, p. 113.
(**) Lorry, de melancholia & morbis melanchol. Tom. I.
(***) Dieses nenneten die Alten Lucubrationes.

einer Geschichte, oder nur sonst einer geringen Erzählung aufmerksam zuhörete; es überfiel ihn die gröste Angst, so bald er sich bemühete, sich einer Sache zu erinnern, die er vergessen hatte; oft fiel er nach und nach in Ohnmacht, und fühlete eine unangenehme Empfindung von Mattigkeit. Das schlimmste dabey war, daß er in dieser Untersuchung, die wider seinen Willen geschah, nicht stille stehen konnte; er mochte sich so viel Mühe geben, als er wollte, um sie aufzuhalten, so mußte er sie doch wider seinen Willen fortsetzen, bis er sich völlig übel befand (*). L. Viridet, mein Mitbürger, hat eine Frau gekannt, welche eine heftige Colik bekam, so oft sie sich mit Fleiß auf etwas legte (**).

Und einer von den neuen Schriftstellern redet von einem Manne, dessen Arm merklich schwoll, so bald er nachdachte, oder eine lebhafte Empfindung hatte (***). Ich selbst bin von einem englischen Edelmann um Rath gefraget worden, der sich, da er in Rom war, so stark

 auf

* Commentar. in Bœrhaav. aphor. t. 3. p. 413.

(**) Traité du bon chile, t. 2. p. 647. Dieses Werk ist wenig bekannt, ob es gleich schon im Jahre 1735 kurz vor des Verfassers Tode heraus gekommen ist, und verdienete wegen der Menge guter Betrachtungen, die es enthält, bekannter zu seyn.

(***) M. Bourdeux prix de l'Acad. Chir. t. 6. p. 199.

auf die Mathematik geleget hatte, daß er sich nach einigen Monaten seiner Augen nicht mehr bedienen konnte, ob man gleich äußerlich keinen Fehler daran gewahr würde. Er ließ sich vorlesen, allein in kurzem konnte er sich nicht mehr seines Gehirns bedienen, ja nicht einmal das gleichgültigste Gespräch einige Minuten fortsetzen.

Mein Freund, Herr Zimmermann, erzählet ein ander Beyspiel einer gelehrten Erschöpfung, welches zu merkwürdig ist, als daß ich es hier nicht anführen sollte: Ein junger Edelmann in der Schweitz, sagt dieser geschickte Arzt, legte sich unbedachtsamer Weise auf die Metaphysik, und in kurzem fühlete er eine Mattigkeit des Geistes, welcher er durch neue Anstrengungen entgegen gieng: die Mattigkeit vermehrte sich, und er verdoppelte seinen Fleiß. Dieser Streit dauerte sechs Monate, und das Uebel vermehrte sich dermaßen, daß der Körper und die Sinne darunter litten.

Einige Arzeneymittel stelleten den Körper ein wenig wieder her, allein der Geist und die Sinne geriethen stufenweise unvermerkt in die vollkommenste Unempfindlichkeit. Ohne blind zu seyn, sah er nicht, ohne taub zu seyn, hörete er nicht; und er redete nicht, da er doch nicht stumm war. Uebrigens schlief er, aß und trank ohne Geschmack und ohne Ueberdruß, ohne etwas zu verlangen, und ohne etwas abzuschlagen. Man hielt ihn für unheilbar, und

gab

gab ihm gar keine Arzeney mehr; dieser Zustand währete ein ganzes Jahr. Nach dieser Zeit las man einst in seiner Gegenwart einen Brief mit lauter Stimme: er zitterte, beklagte sich heimlich, und hielt die Hand vor die Ohren. Man wurde dieses gewahr, und las noch lauter; worauf er schrie und Zeichen des heftigsten Schmerzens von sich gab: man wiederholte die Erfahrung, und er erhielt den Sinn des Gehörs durch den Schmerz wieder. Alle andere Sinnen bekam er nach und nach auf eben die Art wieder; und so wie jeder Sinn wieder kam, bemerkte man eine Verminderung seiner sinnlosen Unempfindlichkeit; allein die Erschöpfung und die Schmerzen hielten ihn lange Zeit an den Pforten des Todes zurück; endlich aber behielt die Natur fast ohne alle Hülfe der Arzneykunst die Oberhand; er wurde völlig wieder hergestellt, und ist heut zu Tage einer unserer besten Philosophen. (*) Man kann diese Phänomena unmöglich anders erklären, als

(*) Diese Anmerkung ist aus einem Kapitel über die Wirkungen der heftigen Bewegungen des Geistes genommen, welches Herr Zimmermann in seinem Traktate von der Erfahrung der Arzneykunst gesetzet hat, und welches er nach der ersten Ausgabe dieses kleinen Werkgens mir zu Gefallen hat übersetzen wollen. Dieses Stück ist voller nützlicher Sachen, welche ich mir noch weiter zu Nutze machen werde.

durch einen Fehler an den Nerven, und durch den Einfluß, den die Seele auf sie hat.

§. 8.

Was nun die Wirkung der Seele auf den Magen anbelanget, so zeigt sie sich täglich durch die Erfahrungen, die ein jeder an sich selbst anstellen kann. Der Mensch der am meisten denkt, verdauet am schlechtesten; derjenige, so am wenigsten denkt, verdauet am besten, wenn außerdem alles andere gleich ist. Man sieht sehr oft, daß einfältige Leute viel essen und trinken, ohne daß es ihnen beschwerlich fällt, ob sie gleich sonst eine Lebensart führen, wobey sie viel sitzen müssen, und nicht von einer stärkern Leibesbeschaffenheit sind, als andere. Wie viel findet man hingegen nicht Leute von Verstande, welche eine sehr schlechte und beschwerliche Verdauung haben, ob sie gleich von guter Leibesbeschaffenheit sind, und sich Bewegung machen? Eben dieses Gesetz des Baues des menschlichen Körpers, welches macht, daß das Erbrechen eine der ersten Zufälle der Verletzung des Gehirns ist, wenn der Kopf durch einige Schläge gelitten hat, befindet sich ebenfalls in allen Reitzungen dieses Werkzeugs; der Grad der Wirkung ist jederzeit dem Grade der Ursache proportionirt. Und ob es gleich selten ist, daß die Arbeit des Geistes so weit getrieben werde, daß sie sogleich eben die Wirkungen in den Nerven hervor bringe,

ge, welche ein heftiger Schlag hervor bringen würde, so ist dieses doch nicht ohne Beyspiel. Ein Mann von vielem Verstande, der mit einem außerordentlichen Eifer gearbeitet hatte, sagte mir ohnlängst, daß, nachdem er zerschiedene Stunden nacheinander sehr eifrig gearbeitet, weil er die Kräfte seiner Seele gleichsam erhöhet gefunden, er auf einmal gefühlet hätte, daß sein Kopf schwach und seine Begriffe verwirrt geworden wären; daß er nichts mehr hätte fassen können; es wäre ihm übel geworden, und hätte sich vielmals gebrochen. Herr Pome redete von einem Gelehrten, der seinen Magen durch Arbeiten dermaßen geschwächet hatte, daß er sich gleich nach der Mahlzeit brechen mußte (*). Die traurige Folge des übertriebenen Studirens ist eine von denen, die man am beständigsten wahr genommen hat. Aristoteles mußte beständig eine Blase mit aromatischen Oele auf dem Magen tragen; und M. A. Antonin hatte den seinigen durch die beständige Anstrengung, in welcher die Regierung des Reichs und die Cultur der Wissenschaften seine Seele hielten, dermassen verdorben, daß er nach der Erzählung des Galenus, seines Leibarztes, der Unverdaulichkeit unterworfen war, wovon er nicht anders konnte geheilet werden, als durch ein vier und zwanzigstündiges Fasten und durch ein Glas warmen Wein, worein man einige Pfefferkör-

(*) Traité des vapeurs historiques p. 248.

ner gelegt hatte. Eben dieser Autor hat uns die Geschichte einer Frau aufbehalten, die Arria hieß, welche er sehr liebte, und die, da sie die Philosophie des Plato fleißig studirte, sich ebenfalls den Magen dermaßen geschwächet, daß sie keine Speise zu sich nehmen konnte, und ihre Kräfte so weit verlohren hatte, daß sie beständig auf dem Rücken liegen mußte (*). Herr Börhaave, der lange in einer Stadt lebte, wo man die Wissenschaften stark treibt, sagt, daß das Studiren den Magen schwäche, und daß das Uebel zu einer Melancholey werden könne, wenn man ihm nicht bey Zeiten abhelfe. Ein schlechter Magen, sagt ein berühmter portugiesischer Arzt, folgt den Gelehrten nach wie der Schatten dem Körper. Ich habe selbst Kranke gesehen, welche für die gelehrte Unmäßigkeit anfänglich mit dem Verluste des Appetits, der gänzlichen Aufhörung der Verdauung, und einer allgemeinen Entkräftung, welches die Folge davon war, nachgehends mit Krampf, Verzuckungen und endlich mit der Beraubung aller ihrer Sinnen sind bestraft worden.

§. 9.

Gleich darauf fällt das Uebel, so der Geist dem Körper angethan, auf den Geist selbst wieder zurück, weil das höchste Wesen gewollt hat, daß,

(*) *Amati* Lusitani curat. med. p. 153.

daß, so lange beyde Substanzen mit einander vereiniget sind, die Arbeiten des Geistes bis auf einen gewissen Grad von der körperlichen Gesundheit abhangen sollten; diese Wahrheit hat man jederzeit für ausgemacht gehalten. Es ist nachdrücklich, was der jüngere Plinius schreibet, daß die Stützen des Körpers den Geist unterstützten (*) und Domocritus hatte lange vor ihnen gesagt: die Stärke des Geistes vermehrt sich mit der Gesundheit; Wenn der Körper krank ist, so kann der Geist nicht nachdenken (**). Man darf sich also nicht wundern, daß er schwach wird, nachdem er das Gehirn erschöpft und die Nerven geschwächt hat. Man wende mir das Betragen des Plato nicht ein, der zu seinem Hörsaale einen ungesunden Ort wählete, in der Meynung daß sein Geist zum Nachdenken geschickter seyn würde, wenn seine Gesundheit nicht so stark wäre. Das Betragen des Plato war in diesem Falle seiner allgemeinen Lehre gänzlich zuwider, und war blos auf seine starke Leibesbeschaffenheit und Völligkeit gerichtet; daher er sich das Fieber wünschte, um mager zu werden. Auch setze man mir nicht einige sehr kränkliche Gelehrte entgegen: denn wenn man ihre Gesundheit genau untersucht, so wird man sehen, daß die Unordnung, worein sie gerieth, ihren Sitz nicht in dem Gehirne oder in den

(*) Epist. lib. 2. epist. 9.
(**) Epist. ad *Hippocrat.* Foes t. 2. p. 1288.

Nerven hatte, welche, da sie bisweilen eine sehr große natürliche Stärke haben, durch die Verrückung der andern Werkzeuge, nur wenig in Unordnung gebracht werden, und im Stande bleiben, der Seele in ihren Verrichtungen Dienste zu leisten.

§. 10.

Die ersten Zufälle, woraus man die Schwäche des Nervengebäudes erkennen kann, sind eine Art von Kleinmüthigkeit, die man zuvor nicht kannte, das Mistrauen, die Furcht, die Traurigkeit, ein niedergeschlagnes und verzagtes Wesen: der Mensch, der zuvor am allerunerschrockensten war, fängt an alles zu fürchten: das leichteste Unternehmen erschrecket ihn, die kleineste unvermuthete Begebenheit macht ihn zitternd; die leichteste Unpäßlichkeit scheint ihm eine tödtliche Krankheit zu seyn, und der Tod ist ein abscheulicher Gedanke für ihn, den er gar nicht ertragen kann. Es hat Tyrannen gegeben, welche einige Philosophen, die ihnen verhaßt waren, zum Tode verurtheilt haben: sie haben es aber nicht dahin bringen können, daß sie ihnen gefürchtet hätten; um wie viel grausamer aber würden sie gewesen seyn, wenn sie ihnen das Leben gelassen, und ihnen dabey die Furcht hätten einjagen können, welche die Quaal der Milzsüchtigen ist? Man sieht täglich Gelehrte, bey welchen diese Krankheit an zu keimen fängt, daher sie ihre geliebten Bü-

cher verlassen müssen; indem sich ihre Nerven schwächen, so werden sie unfähig gemacht, aufmerksam zu seyn; sie verlieren das Gedächtniß, ihre Begriffe verdunkeln sich; Kopfweh, Herzklopfen, eine allgemeine Erkräftung, die Furcht, plötzlich zu sterben, machen, daß ihnen die Feder aus der Hand fällt. Die Ruhe, nahrhafte Speisen und die Bewegung geben ihnen einen Theil ihrer Kräfte wieder: sie kehren darauf zu ihren Büchern zurück, und sehen sich nochmals gezwungen, sie zu verlassen. Der Tag vergehet unter diesen Abwechselungen; des Abends sind sie ermüdet und niedergeschlagen; sie legen sich ins Bett und haben eine üble Nacht; die Reizbarkeit ihrer Nerven läßt sie nicht schlafen, und setzt sie oft außer Stand, zu denken. Ich kenne einen jungen Menschen, der sich mit zu vielem Fleiße auf die philosophischen Wissenschaften geleget hatte, und der gegenwärtig kein Buch mehr aufmachen kann, ohne Verzuckungen in den Muskeln des Kopfs und des Gesichts zu bekommen; es kömmt ihm alsdann vor, als wenn man ihm den Kopf mit Stricken zusammen zöge. Es würde unnöthig seyn, eine größere Anzahl Beyspiele anzuführen, welche dieses Werk blos vergrößern würden, ohne etwas zu dem bereits nur allzu vollkommnen Beweise von der Gefahr des übermäßigen Studirens, und dessen traurigen Folgen auf die Stärke des Nervengebäudes hinzuzufügen. Die Arbeit der Studirstube, sagt Herr Rous-

seau, macht die Menschen weichlich, schwächt ihre Leibesbeschaffenheit, und die Seele behält schwerlich ihre Stärke, wenn der Leib die seinigen verlohren hat: Das Studieren nutzt die Maschine ab, erschöpft die Lebensgeister, zerstöret die Kräfte, schwächt den Muth, macht kleinmüthig und unfähig der Sorge und den Leidenschaften zu wiederstehen (*).

§. 11.

Die Arbeiten des Geistes verursachen nicht nur die Entkräftung und eine außerordentliche Beweglichkeit des Nervengebäudes, sondern auch die schwersten und kenntlichsten Nervenkrankheiten. Galenus hat einen kranken Gramatiker gesehen, welcher die schwere Noth bekam, so oft er eifrig lehrete, oder über etwas nachdachte (**). Ich selbst habe Kinder von der größten Hoffnung gesehen, welche von harten und unverständigen Lehrmeistern beständig zu studieren gezwungen wurden, und daher auf ihre Lebenszeit die böse Seuche bekamen; und der Herr Van Swieten hat eben dieses bemerkt. Herr Hofmann redet von einem jungen Menschen, der das Bösewesen auf einen Augenblick bekam, so oft er seinen Geist oder sein Gedächtniß ein wenig angriff: so bald er aufhörete zu studiren, so hörete auch das Herzklopfen

(*) Preface de Narcisse, Oeuvr. divers. 4. 1. p. 172.
(**) De loci affect. l. 5, c. 6. Charter. t. 7. p. 492.

klopfen auf, und er bekam seine Gesundheit wieder (*). Der berühmte Petrarch bezahlte seine Liebe zum Studiren ebenfalls so theuer.

§. 12.

Außer den Nervenkrankheiten, welche das Studieren verursachen, indem es die Nerven in Unordnung bringt, bringt es noch eine Menge anderer Uebel hervor. Ein berühmter Mathematiker, der ein Erbpodagra hatte, und dessen Lebensart jederzeit ohne Tadel gewesen war, beschleunigte den Anfall desselben, wenn er sich zu stark auf die Auflösung einer schweren Aufgabe legte (*). Es ist bekannt, was dem Ritter von Epernay für ein sonderbarer Zufall begegnete; nach einer vier monatlichen ununterbrochnen Arbeit verlohr er ohne alle Zufälle irgend einer Krankheit den Bart, die Augenbraunen, nachgehends das Haupthaar, und endlich alle Haare am ganzen Leibe (***). Dieses läßt sich gar leicht durch den Mangel der Nahrung in den kleinen Zwiebeln erklären, welche den Haaren zur Wurzel dienen: und dieser Mangel der Nahrung konnte drey Ursachen haben. 1.) Die Unordnungen in den Verrichtungen des Magens, als dem ersten Werkzeuge der Verdauung und der Ernährung. 2.) Die verminderte Wirkung der Nerven, die so vielen

Antheil

(*) Medicin. ration. de epilepf. §. 19.
(**) Van Swieten t. 4. p. 305.
(***) Gazette de France 23. Fevrier. 1763.

Antheil an der Ernährung haben, und welche indem sie von der Seele beschäfftiget werden, ihre Verrichtung für den Leib übel vollziehen müssen. 3.) Dieses kleine Fieber, dem einige Gelehrte unterworfen sind, und welches, indem es den Nahrungssaft verzehret, die Gelehrten blaß und mager macht, woraus endlich gar eine Entkräftung und Verzehrung entstehet. Dieses kleine Fieber entsteht an und für sich daher, daß bisweilen eine starke Anstrengung des Geistes die Thätigkeit des Herzens vermehrt, und das Klopfen desselben stärker macht.

§. 13.

Um sich von den Wirkungen eines allzu starken Nachdenkens einen Begriff zu machen, so kann man sichs so vorstellen, als wenn alle Nerven mit einem Bande gebunden wären, welches, indem es ihre Thätigkeit unterbricht, in der ganzen Maschine eben diese Wirkung hervorbringt, welche ein Band, das mehr oder weniger fest an einen Ast der Nerven gebunden ist, in den Theilen hervorbringet, worinne sich dieser Ast ausbreitet. Das Nachdenken erschöpfet eben so, wie allzustarke Ausleerungen, welche den Körper entkräften, verzehren, die Säfte zu sehr verdünnen und eine allzugroße Beweglichkeit der Nerven verursachen. Das Aderlassen, die Clistiere, der allzuhäufige Speichelfluß, allzuoftes Harnen, kurz, eine jede allzustarke Ausleerung schwächt die Thätigkeit der

Gefäße, und verringert die Quantität der Säfte zu sehr; und dadurch wird die Zubereitung des Nervensaftes oder der Lebensgeister, wovon die ganze Thätigkeit der Nerven abhängt, in dem Gehirne verhindert. Indem das Nachdenken die Nerven in einer allzu großen Thätigkeit erhält, so werden diese Lebensgeister dadurch zerstreuet, und das Gehirn wird an deren Zubereitung gehindert; also fehlet dieser kostbare Saft, der das reineste und am meisten ausgearbeitete Wesen in der ganzen menschlichen Maschine, und zu unsern Verrichtungen am nothwendigsten ist, in dem einen oder in dem andern Falle, und wird verdorben, woraus eine Menge Unordnungen entstehen. Es ist aber ein wesentlicher Unterschied unter der Entkräfkräftung der Nerven, welche von allzu häufigen Ausleerungen und allzu starker Leibesarbeit herrühret, als welche ebenfalls erschöpft, indem sie die Lebensgeister zerstreuet; und derjenigen, die von der Anstrengung des Geistes herkömmt: denn die erste von diesen Ursachen hindert wirklich auf einige Zeit die hinlängliche Absonderung dieses kostbaren Saftes, bringet aber die Werkzeuge nicht in Unordnung; dahingegen die zweyte Ursache, nämlich die Arbeiten des Geistes, das Werkzeug selbst angreifen, wie ich solches weiter unten deutlicher auseinandersetzen werde. Die erste entzieht der Fabrik die Materie, um arbeiten zu können; die zweyte hingegen bringt die Werkstühle selbst in Unordnung; und diese

Ver-

Verrückung des Gehirns, als Früchte des allzu übermäßigen Studirens, muß ich hier untersuchen. Sie hangen von drey Gesetzen der animalischen Oekonomie ab, und werden eben so viel Abschnitte machen.

§. 14.

Das erste ist, daß die Seele, wenn sie sich lange beschäfftiget, und das Gehirn in allzustarke Bewegung gesetzt hat, nicht mehr im Stande ist, sie zu unterdrücken: diese Erschütterung setzt sich wieder ihren Willen fort, und indem sie wieder auf sie zurück wirkt, so bekömmt sie Gedanken, welche man einen wahren Wahnwitz nennen kann, weil sie nicht mehr mit den äußern Eindrücken der Gegenstände, sondern mit der innern Beschaffenheit des Gehirns überein kommen, wovon ein Theil unfähig wird, die neuen Bewegungen anzunehmen, welche ihm die Sinne geben. Spinello, ein berühmter Maler in Toskana, hatte den Fall der aufrührischen Engel gemalet, und dem Lucifer so erschröckliche Züge gegeben, daß er selbst davor erschrack, und sich seine ganze übrige Lebenszeit beständig einbildete, er sähe diesen Teufel, und dieser verwies ihm, daß er ihn in einer so abscheulichen Gestalt gemalet hätte. Das Gehirn des Herrn Pascal, der eine der stärksten Seelen hatte, wurde nach übermäßigen Arbeiten und tiefen Nachdenken dermassen angegriffen, daß er beständig einen feurigen Abgrund

neben

neben sich zu haben glaubte: die beständige Bewegung seiner Fiebern gab ihm unaufhörlich diese Empfindungsidee, und seine von den Nerven überwundene Vernunft, konnte niemals über diesen Gedanken siegen. Wie viel andere findet man nicht noch, welche ihr allzu erhabner Geist auf immer jenseits den Gränzen der Wahrheit gezogen hat? Caspar Barloeus, ein Redner, Poet und Arzt, wußte diese Gefahr allzu wohl, und warnete seinen Freund Constantin Hughens (*) oft davor: er selbst aber war bey seinem eigenen Zustande blind, und sein übermäßiges Studiren schwächte ihm dermassen das Gehirn, daß er glaubte, sein Leib wäre von Butter; er floh mit großer Sorgfalt vor dem Feuer, endlich aber wurde er seines beständigen Schreckens müde, und stürzte sich in einen Brunnen. Ich bedaure seit zwanzig Jahren einen Freund, der seines Verstandes und seines Charakters wegen gleiche Achtung verdiente, ein Mann, der zu großen Dingen gebohren war, der seine Zeit theils auf die schönen Wissenschaften, theils auf die Arzneykunst wendete, und beyde Theile gewiß erweitert haben würde; das Lesen, die Erfahrungen, und

das

(*) Nec litteras, nec versus rescribe, ne in novum discrimen valetudinem dubiam adducas. Facile enim ex attentione incalescent spiritus, hinc sanguis, hinc habitus corporis. *Barloei* Epist. lib. I. ep. 4.

das Nachdenken beschäfftigten ihn Tag und Nacht: anfänglich verlohr er den Schlaf, nachgehends bekam er Zufälle von einer Narrheit, die wieder vorüber giengen, endlich aber wurde er ganz närrisch, und es kostete ihm viel Mühe, das Leben zu erhalten. Ich habe andere gesehen, welche das Studieren anfänglich wahnwitzig und rasend machte, und die endlich ganz blödsinnig wurden. Ich kenne einen Mann, den seine Tugenden noch mehr erhöhen als seine hohe Geburt, der sich zwölf Stunden hintereinander mit der Ausarbeitung eines Aufsatzes von der größten Wichtigkeit beschäfftiget hatte, und darauf, als er fertig war, in eine gänzliche Raserey verfiel, welche so lange dauerte, bis der Schlaf seine Sinne wieder beruhiget hatte.

Die Beobachter erzählen eine große Menge solcher Beyspiele, und ich habe von einem glaubwürdigen Zeugen erzählen hören, daß Peter Jurieu, der durch seine theologischen Streitigkeiten, seine polemischen Schriften, und durch seine Auslegung über die Offenbarung so berühmt ist, sein Gehirn dermassen geschwächt hatte, daß er, ob er gleich sonst den natürlichen Verstand in verschiedenen Stücken behielt, sein öfteres Bauchgrimmen dem Gefechte zuschrieb, welches sieben Reuter, die in seinem Bauche eingeschlossen seyn sollten, beständig mit einander hielten. Es hat auch andere gegeben, welche eine Laterne zu seyn glaubten; und noch

andere

andere, welche den Verlust ihrer Schenkel beweineten.

Die Personen, welche durch die Anstrengung der Seele am ersten in Unordnung gebracht werden, sind diejenigen, welche sich beständig mit einerley Gegenstande beschäfftigen; nur ein Theil des sensorium ist alsdann gespannt, und bleibt es beständig. Die Thätigkeit der andern kömmt ihnen nicht zu Hülfe; dieser Theil wird matt, und geht eher zu Grunde. Wenn in dem Körper nur eine Muskel, oder nur eine kleine Anzahl Muskeln beständig arbeiten, so leidet der Körper vielmehr, als wenn eben die größe der Thätigkeit in alle Muskeln nach und nach vertheilet wäre; eben so ist es viel weniger angegriffen; der Theil, welcher ruhet, schöpft neue Kräfte, während daß die andern in Thätigkeit sind. Dieser wechselweise Uebergang von der Arbeit zur Ruhe ist das sicherste Mittel der Erhaltung. Ich habe eine Frau gesehen, die bis in ihr fünf und zwanzigstes Jahr sehr verständig gewesen war, worauf sie unglücklicher Weise unter die Herrnhuter, oder mährischen Brüder gerieth, da sie denn von der Liebe Jesu Christi, den sie ihr Lamm nennete, dermaßen eingenommen und entzündet wurde, daß sie sich mit weiter nichts als blos mit diesem Gedanken beschäfftigen konnte, und in Zeit von einigen Monaten, ohne irgend eine andere Ursache, blödsinnig wurde; wobey

sie sich weiter nichts als ihres Freundes erinnerte. Ich habe sie sechs Monate hintereinander fast täglich besucht, und bey allen Besuchen, die ich bey ihr ablegte, bekam ich auf alle meine Fragen nichts anders zur Antwort, als diese Worte: Mein süsses Lamm, welche sie von einer halben Stunde zur andern mit niedergeschlagenen Augen wiederholte; sie lebte auf diese Art sechs Monate, und starb nachgehends an der Auszehrung. Ohne aber die Beyspiele anderwärts zu suchen, so haben wir vor nicht gar zu langer Zeit auf dieser Akademie einen jungen verdienstvollen Menschen studiren gesehen, der sich in Kopf gesetzt hatte, die Quadratur des Zirkels zu erfinden, worüber er närrisch wurde, und als ein Narr im Krankenhause zu Paris gestorben ist.

§. 15.

Das zweyte Gesetz, welchem der menschliche Körper unterworfen ist, und von welchem ein Theil der Krankheiten des Gehirns abhangen, welche das Studiren verursacht, ist dieses, daß sich die Feuchtigkeiten nach dem Theile ziehen, welcher in Thätigkeit ist. Herr Morgagni hat zu Bologna einen Gelehrten gekannt, der allezeit Nasenbluten bekam, wenn er des Morgens, ehe er aufstund, über etwas nachdachte (*). Wenn das Gehirn in Thätigkeit ist, so be-

kömmt

(*) De sedibus et caussis morborum c. 3. §. 13.

kömmt es eine neue Quantität Blut, welches, indem es die Gefäße sehr spannet und in Bewegung setzt, den Schmerz und die Hitze hervor bringt, wovon ich bereits geredet habe, und über dieses, nach den zerschiedenen Beschaffenheiten des Gehirns, des Bluts und dem Zusammenfluße der fremden Umstände noch andere traurige Uebel. Dergleichen sind z. B. die Geschwülste, die Pulsader-Geschwulst, die Entzündungen, Eiterungen, harte Drüsengeschwulst, Geschwüre, die Wassersucht, die Kopfschmerzen, die Raserey, die Convulsionen, Schlafsucht, der Schlagfluß, die Schlaflosigkeit, welche die Gelehrten plagt, und welche, wenn sie anhaltend ist, einer großen Menge von Krankheiten des Geistes und des Leibes die Thür öffnen. Herr Börhaave bekam nach langem Nachdenken eine Schlaflosigkeit, die sechs Wochen währete; zu gleicher Zeit war ihm alles dabey so gleichgültig, daß ihm gar nichts intreßiren konnte (*). Wer kennet nicht den unruhigen Schlaf, der auf die Arbeit folgt, und der von der beschwerlichen Empfindung einer Spannung und Trägheit im Kopfe begleitet wird. Eine leichte Reizung des Gehirns ist hinreichend die Schlaflosigkeit hervor zu bringen; eine stärkere Reizung verursachet Verzuckungen und Schlafsucht: wird sie auf den höchsten Grad getrieben, so entsteht ein Schlagfluß, welcher Tod den Gelehrten nur

(*) Prælection. ad Institut. t. 7. p. 145.

allzu gewöhnlich ist. Sie werden an demjenigen Theile gestraft, der gesündiget hat: denn indem das Studiren die doppelt schlimme Wirkung hervorbringt, daß es das Gehirn schwächt, und eine größere Menge Feuchtigkeiten dahin zieht, so bringt es endlich die traurigsten Uebel hervor, welche oft alsdann erst zum Vorschein kommen, wenn andere Umstände das ihrige mit beytragen, um viel Blut in den Kopf zu bringen. Mehr als einmal hat man große Prediger und berühmte Professoren auf ihrem Lehrstuhle sterben sehen, wie dieses dem berühmten Curtius in Leipzig wiederfuhr. Titus Livius hat uns die Geschichte des Königs Attalus aufbehalten, welcher, indem er die Böotier ermahnete, mit den Römern ein Bündniß zu machen, mitten in seiner Rede starb. Und zu Basel, bey einer akademischen Feyerlichkeit, war ein Candidat, der sich bereits zuvor durch vieles Studiren darauf bereitet, und dadurch ermüdet hatte: und da er sich bey der Ceremonie selbst wieder sehr angriff, um seine Abhandlung her zu sagen, so bekam er einen Schlagfluß und starb sogleich (*). Ich habe selbst einen ehrwürdigen Prediger gesehen, der an einen Pfingstfeste lange und nachdrücklich geprediget hatte, und darauf, als er das heilige Abendmahl austheilete, zu zittern anfieng, und stammelte; hierauf wurde er rasend, bekam nachgehends einen Schlagfluß und wurde endlich

(*) Felic. *Plater* obs. p. 28.

lich kindisch, in welchem Zustande er sechs Monate lebte. Herr Morgagni redet ebenfalls von einem Predigermönche, der mitten in seiner Predigt an einem Schlagflusse starb. Dergleichen Beyspiele sind sehr häufig, alleine das öffentliche Reden braucht nicht hinzu zu kommen, um bey den Gelehrten Schlagflüsse zu verursachen; sie finden statt, ohne daß sie von andern Ursachen hervor gebracht werden, als von der Disposition, welche von ihrer Lebensart herrühret. Herr Zimmermann giebt mir hier noch eine sehr wichtige Beobachtung. Ein Geistlicher in der Schweiz, der sich durch seine Predigten viel Ruhm erworben hatte, wollte ihn behaupten; er las daher viel, machte seine Ausarbeitungen mit vieler Sorgfalt, und übte sein Gedächtniß stark, um sie auswendig zu lernen; durch diese beständige Anstrengung des Geistes verlohr er nach und nach seine Thätigkeit; seine Kräfte verschwanden, und sein Gedächtniß nahm ab, so wie er sich solches zu erhöhen bemühete. Endlich wollten die neuen Ideen nicht mehr bleiben, doch behielt er das Andenken der alten; nach diesem bekam er einen Schlagfluß, der ihm die rechte Seite lähmete: man brachte ihn ins Bad nach Baaden in der Schweiz, woselbst er im zwey und vierzigsten Jahre seines Alters starb. Zu Bern hat man einen Professor gesehen, der in den orientalischen Sprachen sehr erfahren war, und unermüdet arbeitete: dieser wurde als ein Mann

in seinen besten Jahren blödsinnig und kindisch; die Ursache dieses Zufalls war Wasser, so sich in verschiedene Theile seines Gehirns ergossen hatte, (*).

In Vepfers Bedenken findet man die Geschichte von einem jungen Menschen von guter Familie, der zwey und zwanzig Jahre alt war, welcher, da er einige Zeit Tag und Nacht fleissig studiret hatte, wahnwitzig und kurz darauf rasend wurde; und in seiner Raserey verwundete er viele Personen, und tödtete seinen Wärter (**). Die Catalepsie selbst, diese so seltene Krankheit, ist ebenfalls eine Folge der allzu großen Anstrengung, und Fernel erzählet davon eine merkwürdige Beobachtung. Ein Mensch, sagt er, der die Nächte mit Schreiben und Studiren zubrachte, wurde plötzlich von dieser Krankheit befallen: alle seine Glieder erstarreten, in der Stellung, worinnen er war, als ihn die Krankheit überfiel; er blieb sitzen, hielt seine Feder in der Hand, und richtete die Augen auf sein Papier, daher man glaubte, er wäre mit seinem Studiren beschäfftiget, bis man

(*) *Haller* Element. physiol. t. 4. p. 317. Man findet in eben dem Werke des Herrn Zimmermanns eine sehr ausführliche und wichtige Geschichte von dieser Krankheit; allein ihre Länge verhindert mich, sie hier einzurücken.

(**) Observat. de affectib. cap. obs. 85. p. 327.

man ihn gerufen und nachgehends gezogen hatte; worauf man erst gewahr wurde, daß er alle Bewegungen und Empfindungen verlohren hatte (*): Endlich ist das Nachtwandeln ebenfalls eine Wirkung dieser Ursache. Man hat zu Leipzig einen Studenten der Arzneygelehrsamkeit gesehen, welcher, nachdem er zween Monate lang mit einem erstaunlichen Eifer gearbeitet hatte, seinen Schlaf gänzlich verderbte: und sobald er eingeschlafen war, es mochte bey Tage oder bey Nachte seyn, so stund er auf, und fieng an zu arbeiten, als wenn er wachte; er gieng seine Hefte durch, nahm des Castelli Wörterbuch, suchte Wörter, wurde verdrießlich, wenn er sie nicht zu finden glaubte, lächelte, wenn er meynte, er habe sie gefunden, schrieb sogar mit sehr leserlichen Buchstaben, und legte sich darauf wieder ins Bette, wo er seinen Schlaf fortsetzte (**).

Unter den Uebeln, welche diese große Feuchtigkeit im Gehirne verursacht, müssen wir nicht vergessen, daß sie sehr viel zu diesem unglücklichen Zustande beyträgt, welcher die Anlage zur Hypochondrie hervor bringet: die Fibern des Gehirns werden, indem sie sich ausdehnen, geschwächt; sie werden weicher, und unfähig, den zerschiedenen Eindrücken zu widerstehen, welches das Kennzeichen der Nervenhypochondrie ist.

(*) Pathol. lib. 5. cap. 2. oper. omn. p. 406.
(**) *Bohn* ap. *Haller* Thes. medic. pract. t. 7. p. 439.

§. 16.

Das dritte Gesetz der Natur, dem zufolge die gelehrten Arbeiten noch andere Krankheiten hervor bringen, ist dieses, daß die animalische Fiber durch die Bewegung hart wird. Der Mensch wird ganz und gar hart, wenn er alt wird, und das Alter ist eine allgemeine Verhärtung. Bey den Arbeitern werden die Theile, welche arbeiten, hart; bey den Gelehrten ist es das Gehirn selbst, und oft werden sie unfähig, Begriffe zu verbinden, und werden lange vor der Zeit alt. Bey den Kindern ist das Gehirn zu zart, bey den Alten ist es zu hart, und diese beyden Extremitäten verhindern es, die Oscillation zu erhalten, welche den Gedanken erregen. Das Gedächtniß fängt zuerst an zu wanken, wie solches Galenus bemerket (*), und kündiget die Schwäche der Vernunft an.

§. 17.

Man darf nicht glauben, daß das tiefe Nachdenken allein die Nerven schwäche: man darf nur, wie solches Herr Gunzius anmerket (**), sein Gesicht stark brauchen, um von einer Menge von Nervenkrankheiten angegriffen zu werden. Ein jeder Mensch kann an sich selbst die Erfahrung anstellen, wie sehr eine lange Anstrengung der Augen den Kopf schwächet; und ich

(*) De loc. affect. l. 3. cap. 5.

(**) Ad libellum *Hippocrat.* de humorib. p. 211.

ich habe es oft an mir selbst wahrgenommen. Wenn ich etwa nach einem Anfalle vom Fieber oder einer andern Unpäßlichkeit, ehe ich meine Kräfte wieder erhalten habe, lange einerley Gegenstand ansehe, so werde ich schwindlicht, will mich brechen, und fühle in meinem ganzen Körper eine schmerzhafte Mattigkeit und Entkräftung.

§. 18.

Diejenigen, welche das Studiren vertheidigen wollen, die ich doch anzugreifen weit entfernet bin, und denen ich vielmehr einen Dienst zu leisten glaube, indem ich ihnen die Gefahren anzeige, denen man sich aussetzt, wenn man sich demselben unmäßig überläßt, werden mir viele Gelehrte anführen, welche in einer völligen Gesundheit des Leibes und des Geistes ein überaus hohes Alter erreichet haben. Ich kenne sie wohl; ich habe ihre Lebensbeschreibungen gelesen, ich habe selbst einige davon gekannt: allein alle haben nicht gleiches Glück; nur wenige Menschen haben eine so vortrefliche Leibesbeschaffenheit, um so große Arbeiten ungestraft aushalten zu können. Und wer weis dann, ob sie nicht davor sind gestraft worden, und ob sie ihr Leben nicht würden höher gebracht haben, wenn sie eine andere Lebensart ergriffen hätten? Man muß zwar zugeben, daß die meisten dieser großen Männer, welche das menschliche Geschlecht für seine Lehrer erkennet, als Homer,

Democritus, Parmenides, Hippocrates, Plato, Plutarch, der Kanzler Baco, Aldrovandi, Galiläus, Harvey, Wallis, Boyle, Locke, Leibnitz, Newton, Börhaave, ein sehr hohes Alter erreichet haben; muß man aber daraus schließen, daß die langen Arbeiten des Geistes nicht schädlich seyn, wenn sie übertrieben werden? Wir wollen uns wohl in Acht nehmen, einen so falschen Schluß zu machen: man könnte bloß schließen, daß es Leute gebe, die zu dergleichen Extremitäten gebohren sind, und daß vielleicht diese glückliche Beschaffenheit der Fibern, welche große Männer bildet, mit der einerley sey, welche zu einem hohen Alter führet.

Mens sana in corpore sano.

Ueber dieses haben sich diese großen Leute mehr durch die Stärke ihres Geistes, als durch ihr fleißiges Arbeiten einen unsterblichen Ruhm erworben. Angenehme Erholungen, Zerstreuungen, welche ein berühmter Name nothwendig nach sich zieht, die Bewegungen, welche sie die Pflichten ihres Standes zu machen nöthigten, verbesserten das Uebel, welches ihnen das Studiren verursachte; Sie erinnern sich in diesem Augenblicke alle zusammen jenes ehrwürdigen Mannes, und nennen ihn, ehe ich ihn weiter bezeichne, der über fünfzig Jahre die Zierde und das Vergnügen dieser Akademie und

dieser Stadt gewesen ist (*). Er hatte von seiner Jugend an bis an den letzten Tag seines Lebens die Wissenschaften getrieben; er war in allen denen überaus erfahren, welche eigentlich den Gegenstand seines Berufs ausmachten, und deren Umfang sich so weit erstrecket; über dieses war er auch in allen andern unterrichtet. So viele Kenntnisse setzten viel Arbeit voraus, doch war seine Gesundheit im geringsten nicht dadurch beschädiget worden; und wir haben ihn sein neunzigstes Jahr antretten sehen, ohne daß er etwas weder von der Stärke seines Verstandes, noch von der Lebhaftigkeit seiner Sinne verlohren hatte; werden Sie mir dieses Beyspiel entgegen setzen? Nein, meine Herren; allein das Andenken an die einzelnen Umstände seines Lebens wird Ihnen selbigen als ein Muster vorstellen, das man allen Gelehrten vorlegen muß. Er wußte gelehrt zu seyn, ohne aufzuhören ein Mensch zu seyn; er wußte sich die tiefsten und verschiedensten Kenntnisse zu erwerben, ohne seine Pflichten den Wissenschaften aufzuopfern, indem er die Pflichten eines Bürgers, eines Vaters, eines Lehrers, eines Freundes, eines Mitglieds der Gesellschaft erfüllte, als wenn er blos Bürger, Vater, Lehrer, Gesellschafter gewesen wäre. Er sammelte die Kräfte seines durch die Arbeit ermüdeten Geistes wieder, indem er seinen Körper mit dem Anbau seiner

Gär-

(*) Herr Polier, Professor der morgenländischen Sprachen.

Gärten beschäfftigte; er unterhielt also den Geist und den Körper durch diese Fröhlichkeit und Heiterkeit, welche die Studierstube verjagt, und die man nicht anders erhält, als wenn man mit den Menschen umgeht, um ihnen Gutes zu thun. Wenn man die Lebensart des Herrn von Fontenelle untersucht, dessen Name in dem Register der Gelehrten obenan stehet, und der das größte und glücklichste Alter erreicht hat, so wird man überzeugt, daß er bloß durch die Verbindung der Annehmlichkeiten des bürgerlichen Lebens mit den gelehrten Arbeiten diese lange Reihe von Jahren ohne Schwachheit hat durchleben können. Alle diese Leben sind nicht jener Gelehrten ihren ähnlich, welche, indem sie mit ihrer Arbeit wie der Taglöhner mit seiner Hacke beschäfftiget sind, mit einigen indianischen Fackirs verglichen werden könnten; wie sie, trennen sie sich von dem menschlichen Geschlechte; wie sie, martern sie sich freywillig, ohne daß oft die Gesellschaft den geringsten Nutzen davon hat, und der Unterschied besteht blos in den Werkzeugen ihrer Marter; einige stellen sich der brennenden Hitze der Sonne, oder der großen Strenge der Kälte aus; sie zerfleischen sich mit Nägeln, Ketten und Peitschen; andere tödten sich mit Büchern, Manuscripten, Medaillen, alten Aufschriften, unauflöslichen Zeichen, und vornämlich dadurch, daß sie sich einer gänzlichen Unthätigkeit des Leibes überlassen, als welches die zweyte unglücklicherweise

nur

nur allzu fruchtbare Ursache der Krankheiten der Gelehrten ist, und wovon man die Gefahren leicht einsehen kann, wenn man auf den Bau des Menschen einen Blick zu werfen sich nicht entgegen seyn lassen will.

§. 19.

Der menschliche Körper bestehet aus Gefäßen und flüßigen Dingen, die in diesen Gefäßen enthalten sind, und darinne in Bewegung gesetzet werden. Wenn die Gefäße weder zu viel noch zu wenig Stärke haben, und in den flüßigen Dingen die gehörige Dichtheit sich befindet, und weder zu sehr noch zu wenig in Bewegung sind; so ist der Mensch gesund. Man gebe aber acht; auf die Bewegung des Blutes kömmt es hier am meisten an: so bald sie sich verändert; so verändert sich auch der Zustand der festen und flüßigen Theile mit ihr; ist sie zu stark, so werden die festen Theile hart, und die flüßigen werden dicke; ist sie zu schwach, so wird die Fiber schlapp und das Blut wird dünne. Der ganze Körper wird durch den Nahrungssaft gebildet, welcher leichter ist, als irgend ein anderer fester oder flüßiger Theil; die Bewegung versammelt, vereiniget, verdicket seine kleinen Theilchen; und wenn die Bewegung schwach wird, so bekommen zerschiedene Theile des Leibes nicht den Grad der Dichtheit und Stärke, die ihnen zu ihren Verrichtungen nöthig ist.

Das

Das Herz ist die erste Ursache der Bewegung in dem menschlichen Körper, und bewegt die ganze Masse der flüßigen Theile: es kann es aber nicht alleine thun, und der Urheber der Natur hat ihm verschiedene Hülfsmittel gegeben, welche es nicht entbehren kann, ohne daß der Umlauf nachläßt, und verschiedene Krankheiten dadurch entstehen. Unter diesen Hülfsmitteln, welche den Umlauf zu befördern und die Thätigkeit der Gefäße zu vermehren bestimmt sind, ist die Bewegung der Muskeln eine der wirksamsten. Man kann sich täglich davon überzeugen, wenn man zusieht, wie die Wundärzte beym Aderlassen den Kranken etwas in der Hand umwenden lassen, um die Bewegung des Bluts zu beschleunigen; oder auch noch leichter, wenn man bemerkt, wie sehr die Bewegung den Pulsschlag vermehret. Die vornehmsten Endzwecke der Bewegung sind die Fibern zu stärken, die flüßigen Theile in ihrem gehörigen Zustande zu erhalten, Appetit zu machen, die Absonderungen, und vornehmlich die Ausdünstung zu erleichtern, wieder Muth zu machen, und in dem ganzen Nervensystem eine angenehme Empfindung hervor zu bringen.

§. 20.

Die Wirkungen eines Lebens hingegen, wobey man zu viel sitzet, sind, daß die Stärke der Muskeln vernichtet, und durch die Unthätigkeit außer Stand gesetzet werden, die Bewegung

zu ertragen; und daß der Umlauf, der einer so großen Hülfe beraubt, und den Kräften des Herzens und der Gefäße allein überlassen ist, anfänglich in den kleinsten Gefäßen, und nachgehends in dem ganzen Körper geschwächet wird. Die Hitze nimmt ab, die Feuchtigkeiten bleiben stehen und verderben: einige werden dünne, andere hingegen werden dicke, alle zusammen aber verderben sie. Und da die natürlichen Absonderungen und Ausleerungen nicht mehr auf die gehörige Art geschehen, so bleibt der Körper mit unreinen Feuchtigkeiten überladen, wovon die ordentliche Ausleerung eine dauerhafte Gesundheit am sichersten erhält. Ihre Schärfe untergräbt den Körper stufenweise, die Kräfte nehmen ab, das Blut wird wäßerig; daher unter andern Krankheiten, die bey den Gelehrten so gewöhnliche Wassersucht entstehet, welche das Gehirn oft selbst angreift, wie man solches bereits weiter oben gesehen hat, und wie ich seit kurzem ein neues Beyspiel davon an einer ansehnlichen obrigkeitlichen Person, die eine starke Leibesbeschaffenheit nicht durch das Studiren, sondern durch unangenehmere Arbeiten des Geistes und durch ein sitzendes Leben zu Grunde gerichtet hat.

Diese wäßerige Ergießung in dem Gehirne, ist der Aufmerksamkeit der großen Beobachter nicht entgangen, und der Herr Van Swieten beschreibt die Wirkungen davon mit eben so viel Nachdrucke als Genauigkeit. „ Die Gelehrten

„ ten, sagt er, welche ein beständig sitzendes
„ Leben führen, und über ihren Büchern bleich
„ werden, sind oft einem Schlagflusse ausgesetzt,
„ der von dieser Ursache herrühret, und der mit
„ langsamen Schritten, und gleichsam stufen-
„ weise herbey kömmt. Anfänglich werden sie
„ matt, sie lieben die Ruhe; ihr Geist wird
„ stumpf; ihr Gedächtniß wird schwach und
„ wankend; nachgehends werden sie träge, un-
„ achtsam, unempfindlich, und oft bleiben sie
„ lange in diesem traurigen Zustande, ehe sie
„ sterben. Ich habe mit außerordentlichem
„ Mitleiden gesehen, daß sich Gelehrte vom er-
„ sten Range, und die der Gelehrsamkeit große
„ Dienste geleistet hatten, mehr als um ein Jahr
„ überlebet, und alles vergessen haben, und end-
„ lich an einem Schlagflusse gestorben sind (*).

§. 21.

Die Theile, welche den Mangel der Leibesübung am ersten empfinden, sind diejenigen, in welchen die von Natur schwachen Gefäße die Hülfe am meisten nöthig haben, und der Bewegung der flüßigen Theile die gehörige Thätigkeit zu erhalten; dergleichen sind vornehmlich die Werkzeuge des Unterleibes, die zu der wichtigen Verrichtung der Verdauung bestimmt sind. Der Magen wird schwach, die Natur der verdauenden Säfte, die sich darinne absondern, wird verdorben, die Verdauung gehet lang-

(*) T. 3. p. 263.

langsamer von statten, und wird beschwerlich und unvollkommen; weil die Speisen, wenn die Wirkung der verdauenden Kräfte verringert ist, statt die Veränderung zu erfahren welche gute Verdauung machen, beynahe blos verfaulen, wie solches überall anderswo geschehen würde, wo sie eben den Grad der Hitze und Feuchtigkeit haben. Die Vegetabilien entwickeln ihre Säure, welche, indem sie die Nerven reizt, Schmerzen, Krampf, stumpfe Zähne, und eine erschreckliche Schärfe hervor bringt, welche die beständige Empfindung der Hitze an der Herzgrube und auf der Brust macht, die man das Sodbrennen nennet. Die Fettigkeiten werden ranzicht; die Eyer und das Fleisch verfaulen, und verursachen ein faules Aufsteigen, einen heftigen Durst, ein schleichendes Fieber, einen beständigen Durchfall, eine allgemeine Entkräftung, und eine unaussprechliche Unruhe. Die klare und seifenartige Feuchtigkeit, welche die kleinen Gefäße des Magens beständig von sich geben, ist nicht nur unfähig, die Speisen aufzulösen, sondern sie macht auch, indem sie selbst dick, zäh und hart wird gewisse Haufen, welche die Lust zum Essen benehmen, und eine beständige Empfindung von Kälte und Schwere in diesem Theile hervor bringen.

§. 22.

Die Gedärme, die eben so gebauet sind als der Magen, haben auch eben die Zufälle und

die Thätigkeit des Athemholens, welche, wenn sie stark ist, während, daß man die Luft einzieht, alle Eingeweide des Unterleibes drücket, und eben dadurch den Umlauf befördert: die Thäthigkeit des Athemholens, sage ich, indem sie, durch das Aufhören der Bewegung der Muskeln, welche sehr viel darzu beyträgt, verringert worden ist, so ist auch zugleich die Thätigkeit aller dieser Werkzeuge geschwächt; man wird hartleibig; es entstehen, wie in den Magen, Haufen von schleimigten Materien, welches eine Quelle verschiedener Uebel ist, denen die berühmten Justus Lipsius, Professorn der Geschichte zu Leiden, wiederfuhr, der, ob ihn gleich der berühmte Heurnius, sein Collegе und sein Freund, in der Kur hatte, dennoch sehr lange leiden mußte, und nicht eher geheilet wurde, als bis er eine Masse von sich gegeben hatte, welche die Gestalt und die Farbe seiner Gedärme hatte. Dieses war ein klebrichter und zäher Schleim, eine Frucht seiner sitzenden Lebensart nnd seines Studirens, welcher den Gang der Gedärme nach und nach angefüllet hatte. Dieser Schleim, der in eine Fäulniß ausartete, hatte die ganze animalische Oeconomie angegriffen; allein, da der Sitz einmal davon gereiniget war, so hatte der Kranke seine Gesundheit gar bald wieder bekommen. (*).

Die

(*) *Adam* vitae medicorum p. 372. Fernel nahm eine ganz ähnliche Krankheit bey einem frem-

den

Die auf diese Art zusammengehäuften Excremente drücken die daran liegenden Theile durch ihre Größe zusammen, reizen die Därme durch ihre Schärfe, und ihre verfaulten Theile stecken die ganze Masse der Säfte an; daher kömmt, das erschreckliche Bauchgrimmen, welches die Plage der Gelehrten ist, und welches man um so viel schwerer heilen kann, da es durch Irrungen in der Diät immer von neuem erreget wird (*); und daher entstehen auch diese Winde, worüber sich durchgängig alle Leute die viel sitzen, beschweren, welche, da sie sehr verschiedene Zufälle haben, bisweilen andere Krankheiten anzuzeigen scheinen.

§. 23.

Der Magen und die Gedärme sind es nicht alleine, welche im Unterleibe leiden, alle andere Tehile empfinden eben die Einflüße der Unthätigkeit, und folglich auch gleiche Unordnungen Der Saft in der Krösdrüse verdünnet sich, und wird unbrauchbar gemacht; die Verrichtungen

den Gesandten zu Paris wahr, der eben so wie Justus Lipsius, nach der Ausleerung einer erschrecklichen Masse von verhärtetem Schleime gesund wurde.

(*) Man findet in dem Journal de medecine, t. I a. d. 352. S. eine sehr merkwürdige Geschichte von einem schrecklichen Bauchgrimmen, welches von übermäßigen Studiren und Nachtwachen entstanden war, und das sehr oft wieder kam.

der Milz gehen nicht mehr wohl von statten; die Werkzeuge, welche zur Absonderung und Zubereitung der Galle dienen, werden gänzlich in Unordnung gebracht, und wenn diese Feuchtigkeit zurück gehalten wird, so verstopft sie die Leber, wird dick und hart, sie hört auf in die Gedärme zu dringen, und fehlet daselbst bey der zweyten Verdauung; der Nahrungssaft bleibt in den ersten Gedärmen stehen, verdirbt darinne, uud dieser Theil wird der Sitz der schwersten Krankheiten. Der Theil der Galle so in der Gallenblase eingeschlossen ist, um daselbst eine neue Zubereitung zu erhalten, wodurch sie wirksamer gemacht wird, verdicket sich darinn, und macht Steine, die unter dem Namen der Gallenblasensteine bekannt sind, welche das schrecklichste Bauchgrimmen verursachen, das nicht anders geheilet werden kann, als wenn sie bis in die Eingeweide kommen, und mit dem Stuhlgange abgehen können. Sind sie entweder zu groß, um durch den Gallengang durchzugehen, oder die nöthigen Kräfte fehlen, um sie fort zu treiben, und die gehörigen Umstände sind nicht vorhanden, um ihren Ausgang zu erleichtern, oder wenn sie endlich in solchen Theilen liegen, wo sie keinen Ausgang finden können, wie bey dem heil. Ignatius von Loyola der sie in der Pfortader hatte (*), so ist man seine ganze

(*) Sein Körper wurde von dem Columbus, dem so berühmten Wiederhersteller der Anatomie, geöffnet Van Swieten t. 3. p. 87.

ganze Lebenszeit über zu leiden und grausamer Weise zu sterben verdammt. Wenn hingegen die Galle, statt hart zu werden, verfault, so bekömmt sie eine außerordentliche Schärfe, welche alle ihre Werkzeuge reizet, anfrißt, entzündet, mit Geschwüren anfüllt, und die abscheulichsten Krankheiten verursacht, welche mit unaussprechlicher Angst begleitet sind, wodurch ich Gelehrte, die außerdem die größte Stärke des Geistes besaßen, in Verzweifelung habe bringen sehen, worüber sie in den Augenblicken, da sie einige Ruhe genossen, errötheten.

§. 24.

Zu den Uebeln, welche das sitzende Leben der Gelehrten fast unvermeidlich hervorbringt, indem es den Umlauf in den Eingeweiden des Unterleibes in Unordnung setzt, und dadurch zu Verstopfungen Gelegenheit giebt, muß man auch die Milzsucht zählen. Man theilet diese Krankheit in zwo Gattungen ein; in diejenige, welche blos die Nerven angreift, und welche eine Wirkung von der Anstrengung des Geistes ist, und die wir bereits weiter oben beschrieben haben: und die, welche von der Verstopfung der Eingeweide des Unterleibes, und von einer verdorbenen Verdauung herrühret. Sie ist jederzeit die Wirkung der Unthätigkeit, und es ist leicht zu begreifen, daß die Gelehrten, da sich die Ursachen dieser beyden Gattungen von Krankheiten bey ihnen vereiniget befinden, je-

derzeit mehr oder weniger davon angegriffen werden, und warum es so schwer ist, sie aus dem Grunde davon zu heilen (*). Die Beyspiele sind in diesem Falle so häufig, daß es fast unnöthig ist, welche anzuführen: wenn man ja eins verlangte, so würde ich Swammerdammen, den so geschickten Beobachter der Natur, nennen, der von der schwarzen Galle dermaßen gequälet wurde, daß er diejenigen, die mit ihm sprachen, kaum einer Antwort würdigte: er sah sie an, und blieb unbeweglich. Wenn er auf den Catheder stieg, so saß er da, als wenn er stumm wäre, ohne auf die Einwürfe zu antworten, die man ihm machte. Kurz vor seinem Tode überfiel ihn eine melancholische Wuth, und in einem ihrer Anfälle verbrannte er alle seine Schriften: endlich starb er mager und ausgetrocknet, wie ein Skelet, so, daß er kaum noch die menschliche Gestalt hatte (**).

Man hat zwar seit langer Zeit angemerkt daß diese Art von Melancholey den Wissenschaften

(*) Die Erfahrung lehret uns, daß die Gelehrten, wenn sie gleich aufgeräumten Gemüths sind, mit der Zeit schwermüthig, mürrisch, bleich und mager werden, und die Milzsucht bekommen, welche in gewöhnlicher Tyrane der Leute ist, die viel sitzen. Anton. *Felici* dissertatione epistolari. a. d. 203. S.

(**) *Boerhaave* prælect. ad Inst. §. 896. t. 7. p. 275.

schaften bisweilen nützlich ist, weil diese Schwermüthigen bey einem einzigen Gedanken stehen bleiben, und einerley Gegenstand auf allen Seiten ohne Zerstreuung betrachten und untersuchen. Ist aber wohl jemals ein Mensch so unsinnig gewesen, der seinen Scharfsinn um diesen Preis zu vermehren gewünscht hat? Man ist zu gelehrt, wenn man es auf Unkosten seiner Gesundheit ist: wozu nützt die Wissenschaft ohne Glückseligkeit?

Es giebt zwar einige Menschen, denen die Natur einen steinernen Magen, eiserne Eingeweide und starke Nerven gegeben hat, und welche die Arbeiten des Geistes und ein sitzendes Leben ungestraft aushalten, und in allen Arten Ausschweifungen begehen können, ohne ihrer Verdauung zu schaden: allein, sind sie deswegen glücklicher? Ganz und gar nicht; ihre Gefäße werden mit einer allzu großen Menge von Blute angefüllt; die für das Fett aufgehobene Höhlchen werden verstopft, und die innern Werkzeuge auf allen Seiten zusammengedrückt; sie werden nachläßig und schwerfällig; die geringste Bewegung treibt ihnen den Schweiß aus, und setzt sie außer Athem; sie sterben vor der Zeit, entweder am Schlagfluße, oder an einer andern Krankheit, welche die Vollblütigkeit verursacht; und man hat mit recht angemerkt, daß es oft ein Unglück für die Gelehr-

ben ist, einen allzu starken Magen zu haten (*).

§. 25.

Es ist kein einziger Theil des Leibes, den das sitzende Leben nicht schwächt: wenn das Blut einmal verdorben ist, so greift es über lang oder über kurz die Theilen an, die es befeuchtet; die Lunge, als eine sehr zarte Substanz, welche der erste Theil ist wohin der Nahrungssaft gebracht wird, welche allein so viel Blut bekömmt, als der ganze übrige Theil des Körpers, welche ihm eine sehr wichtige Zubereitung zu geben bestimmt ist, empfindet seine Veränderung gar bald; man fühlt Hitze in der Brust, Schmerzen zwischen beyden Schultern man bekömmt den Husten und einen beschwerlichen Auswurf; die Lunge wird mit einer dicken Feuchtigkeit angefüllt, welche sie verstopft, und oft eine gräuliche Engbrüstigkeit verursacht; es entstehen kleine Entzündungen, Eiterungen und Geschwüre; es kömmt ein schleichendes Fieber, welches die Folge davon ist. Der berühmte Trigland starb an einem Geschwüre in der Lunge, nachdem er überaus große Schmerzen ausgestanden hatte; diese Krankheit war die Folge einer Cachexie, worein ihn sein Studiren gestürzet hatte, und welche sogar den Bemühungen des Herrn Börhaave widerstund

(*) Dieses ist eine Anmerkung des *Lancisi* de mort. supitan. l. 1. cap. 22.

stund (*). Die Lunge des Swammerdam wurde ein wahrer Steinbruch, und er spie lange vor seinem Tode kleine Steine aus.

§. 26.

Der Stein und die Krankheiten der Blase sind ebenfalls noch eine Frucht der Liebe zu den Wissenschaften. Heurnius Casaubon. Beverovic, Sydenham und so viele andere haben dieses unglücklicher Weise erfahren, und jedermann weis die entsetzlichen Schmerzen in dieser Art, denen der berühmte Antagonist der Wissenschaften unterworfen ist.

§. 27.

Eine andere traurige Wirkung des sitzenden Lebens ist, daß die unmerkliche Ausdünstung verringert wird, welches doch eine der starksten und wichtigsten Ausleerungen ist, deren Regelmäßigeit eine der vornehmsten Stützen der Gesundheit ist. Die Gefäße, durch welche sie geschieht, sind so schwach, so klein, von dem ersten Triebrade des Umlaufs so entfernt, und den äußerlichen Eindrücken so ausgesetzt, daß, wenn die Stärke des Umlaufs von der Bewegung der Muskeln nicht unterstützet wird, und wenn eben diese Bewegung, indem sie die Thätigkeit der Gefäße vermehret, den Säften nicht den Grad der nöthigen Zubereitung verschafft,

(*) Marckii orat. funebr. in obitum Triglandii Leid. 1705.

damit jeder Theil, der ausgeleeret werden soll, geschickt werde, durch die Durchsäuger zu gehen, welche ihm die Natur bestimmt hat, es fast unmöglich ist, daß sie nicht in Unordnung gebracht werde. Und wenn sie es einmal ist, so bleiben die überflüßigen Feuchtigkeiten, wovon sie den Körper befreyen sollte, darinne, verderben die Masse der Säfte, fließen auf irgend ein Werkzeug zurück, und bringen Schmerzen, Flüsse und Schnupfen hervor, welches eine Zähigkeit ist, der die Gelehrten so sehr unterworfen sind, worüber sich Horaz bitterlich beklagte, und welche ihnen, wenn sie lange hintereinander lesen, Husten, oder Schwere des Hauptes verursachen, welches mehr oder weniger beschwerlich ist; oder auch unregelmäßige Fieber, welche man keiner äußerlichen Ursache zuschreiben kann, und wovon uns Galenus in der Geschichte des Premigenes ein merkwürdiges Beyspiel aufbehalten hat. „Dieser berühmte Peripatetiker, der sein Leben mit Lesen „und Schreiben zubrachte, und übel ausdun„stete, bekam ganz sicher einen Anfall vom Fie„ber, wenn er sich nicht alle Tage badete, damit „das Bad die scharfe Feuchtigkeit der Aus„dünstung ausleerete, deren Zurückhaltung diese „Anfälle verursachten (*).„

§. 28.

(*) *Galen.* de sanit. tuend. l. 5. cap 11.

§. 28.

Wir haben gesehen, daß die Arbeiten des Geistes die Nerven unmittelbar schwächen; die außerordentliche Ruhe ist ebenfalls hinreichend, sie zu verderben; und sie bringt oft diese Wirkung bey denen hervor, deren Geist so faul als ihr Leib ist. Sie sind der vornehmsten Theil der Maschine; so bald irgend eine Verrichtung des Körpers in Unordnung gebracht ist, so leiden sie davon; und ihre Verrückungen, wenn sie keine merklichen Ursachen hatten, haben mich oft eine entstehende Krankheit muthmassen lassen, wovon eine genaue Untersuchung den ersten Ursprung entdecken, und dadurch Mittel an die Hand geben konnte, sie zu ersticken, ehe sie um sich gegriffen hatte. Es ist vornehmlich sehr gewöhnlich, daß sich gewisse Unordnungen des Magens geschwind durch diejenigen merklich machen, welche sie in den Nerven verursachen, welche, da sie zwischen den Geist und den Leib gestellet sind, die Strafe von den Ausschweifungen und Irrthümern weiter tragen, und dem einen das Uebel beybringen, welches sie von dem andern erhalten: auf diese Art schadet der Geist dem Körper, der Körper schadet dem Geiste, und beyde vernichten gemeinschaftlich das System der Nerven.

§. 29.

Die Saammenfeuchtigkeit, welche, nach der Meynung verschiedener großer Männer, dem

Ner-

Nervensafte beynahe gleich seyn soll, verliert ebenfalls viel von ihrer Wirksamkeit; und wenn man nach diesem Grundsatze zugleich betrachtet, was jeder Theil des Vaters zur Bildung des Sohnes beytragen muß, so wird man vielleicht finden, warum es so selten ist, daß große Männer Söhne haben, die ihrer würdig sind. Das belebte Theilchen, welches Harvey das Punctum saliens nennet, entwickelt sich nicht mit genugsamer Stärke in seinem ersten Augenblicke; dieser Eindruck von Schwachheit zeigt sich im ganzen Leben, und ist an den Werkzeugen der Gedanken um so viel mehr zu bemerken, da das Gehirn des Vaters belebenden Safte nicht denjenigen Theil der Zubereitung gegeben hat, welche nöthig war, um dem Gehirne des Sohnes einen großen Grad der Stärke zu geben.

§. 30.

Die Ursachen, welche die Verdauung vernichten, die Nerven erschöpfen, das Blut verderben und alle Ausleerungen stören, müssen Schwachheit hervorbringen: und dieses widerfährt den allzu fleißigen Gelehrten. Als B. Briggs seine logarithmischen Tabellen heraus gegeben hatte, so war er willens, sie fort zu setzen! allein die Anstrenkung des Geistes war so groß gewesen, daß ihm die Kräfte dazu gänzlich fehlten (*); und er bekam sie auch niemals

wieder

(*) *Saverien* Hist. des drogr. de l' espr. humain, &c. p. 460.

wieder. „Obgleich die Gesundheit des Herrn „von Varignon alles aushalten zu können „schien, sagt der Herr von Fontenelle, so ver„ursachten ihm doch sein Fleiß und Anstren„gung eine große Krankheit: er war sechs Mo„nate in Gefahr, und drey Jahre in einer Mat„tigkeit, welches eine sichtbare Erschöpfung der „Lebensgeister war (*).

Andere gerathen in einen so allgemeinen Verfall, daß ihr Fleisch ganz weich und schlapp, ihr Puls schwach, und ihr Zahnfleisch so locker wird, daß es die Zähne ohne Schmerzen, und ohne verdorben zu werden, fahren läßt: Wenn nun zu dieser Schwachheit schwere Krankheiten kommen, so müssen sie für die Gelehrten sehr gefährlich seyn; und ein berühmter englischer Arzt hat mit Recht angemerket, daß Krankheiten, die bey andern am wenigsten zu bedeuten haben, für sie bisweilen tödtlich sind (**). Der Mangel der Stärke verursachet während den Fieber in den Verrichtungen eine Unregelmäßsigkeit, welche den Fortgang derselben störet: die Säfte werden zugleich in einem gewissen Grade verdorben, das Gehirn kömmt gleich anfangs in Unordnung, die Arzneymittel wirken schlecht, Abwechselungen der Krankheit gehen

(*) Dans son eloge, oeuvr. t. 6. p. 94.

(**) *Morton.* de variolis cap. 6. oper. omnia p. 382.

hen nicht vor, und der Kranke, dem die Natur nicht mehr beysteht, muß der Hülfe der Kunst ungeachtet unten liegen. Ich habe vor kurzem an der Krankheit des verehrungswürdigen Rectors, den wir bey dieser Gelegenheit vermissen, ein Beyspiel gehabt(*); ein Mann, dem die öffentlichen Wünsche die Jahre des Nestors versprachen, dessen überaus große Arbeit aber seine Leibesbeschaffenheit zerstöret hatte. Den Augenblick selbst, da sich seine Krankheit anfieng, bekam er eine so überaus große Schwäche, daß sich alle Hoffnung zur Genesung verlohr, so, daß ich den unersetzlichen Verlust voraus sah, welchen die Religion, die Tugend, die Kirche, das Vaterland, seine betrübte Familie, diese akademische Jugend erlitten haben. Welcher Mann, meine Herren, welcher College, welcher Freund, ist uns entrissen worden! sein Leben war, wie jenes Römers seins, wovon uns Plinius die Beschreibung aufbehalten hat (**), heilig, seine Genauigkeit alle seine Pflichten zu erfüllen, so vielfältig sie auch wären, überaus sorgfältig, seine Güte und Sanftmüthigkeit unveränderlich; er wurde von jedermann hochgeachtet, ohne daß jemand jemals seine

(*) Herr Joh. Alph. Rosset, Professor der Gottesgelahrheit und seit einigen Monaten Rector.

(**) *Euphrates* S. *Plin*ii *Caecil*ii epist. lib. *1*. ep. *9*.

seine Gegenwart gescheuet hat, weil er zwar ein Feind des Lasters war, den Lasterhaften aber niemals hassen konnte. Da er sehr gelehrt war, so waren seine Reden voller Sachen, seine Schreibart sanft, fließend, abwechselnd und man fand die Hoheit darinne, welche die Herzen einnimmt, und den Willen hinreißt; er genoß in seinem Leben das größte Ansehen, und hat durch seinen Tod die lebhaftesten und aufrichtigsten Klagen verursachet. Doch ich will zu meinem Gegenstande wieder umkehren.

§. 31.

Die Anstrengung des Geistes und die Unthätigkeit des Leibes sind die beyden Hauptursachen von den Krankheiten der Gelehrten, sie sind aber nicht die einzigen: es bleiben mir noch andere anzuzeigen übrig, und die erste, die sich darbiethet, ist selbst die Stellung eines Menschen der studiret; eine Stellung, die der Gesundheit nicht anders als schädlich seyn kann. Die Beugung, welche die Gefäße über dem Schenkel und unter dem Knie an einem sitzenden Menschen leiden, machen den Umlauf in den Untertheilen schwer, daher sie in die Länge nothwendig leiden müssen; die Krümmung des Leibes drückt die Eingeweide des Unterleibes, ihre Verrichtungen werden gestöret, die Verdauung wird durch eine neue Ursache in Unordnung gesetzt; der Magen, der oft zusammen gedrückt wird, leidet insbesondere, und diese

mecha-

mechanische Reizung, nebst alle dem, was er durch die Anstrengung und Unthätigkeit leidet, macht, daß die Gelehrten mehr als andere der schrecklichen Krankheit unterworfen sind, die unter dem Namen des Herzwehes bekannt ist (*). Das Blut, welches verhindert wird in die Adern des Unterleibes zurück zu gehen, häuft sich in den untersten zusammen, wo es schon durch sein eignes Gewicht hingezogen wird, und wo es weniger Widerstand findet; daher kömmt es, daß die Gelehrten so oft von der güldenen Ader gequälet werden, eine traurige Krankheit, die man ohne Grund lange Zeit als eine nützliche Ausleerung angesehen hat, die man zu unterhalten suchen mußte, wovon aber endlich große Aerzte die Gefahren (**) angezeigt, und welche ich auch selbst in einem andern Werke bekannt gemacht habe (***). Sie hat bisweilen, wie alle andere Blutflüße, Gutes gethan; allein die Gefah-

(*) Aretäus, Cölius, Aurelianus, Aretius haben bereits angemerket, daß dieses eine gewöhnliche Kranheit der Gelehrten sey. Man sehe hievon vornehmlich die schöne Abhandlung des Herrn Richters de Cardialgia Götting. 1750.

(**) Hierbey lese man die vortreffliche Abhandlung des Herrn Haen nach, Theses pathologicæ de hemorhoidibus. Viennæ. 1759.

(***) Epistol. Zimmermanno &c. p. 19.

Gefahren, so sie begleiten, sind so groß, daß, so bald jemand damit bedrohet wird, ein kluger Arzt fast jederzeit ihr vorzukommen suchen muß; ich habe es mit dem glücklichsten Erfolge sehr oft gethan.

§. 32.

Man kann das Nachtwachen als die vierte Ursache von den Krankheiten der Gelehrten ansehen: es schadet ihnen auf verschiedene Art.

1) Der Mensch, der am Tage gearbeitet hat, arbeitet viel zu viel, wenn er seine Arbeiten einen Theil der Nacht über fortsetzet.

2) Die Zeit des Schlafs wird dadurch zu sehr abgekürzt, und ist zur Erholung nicht hinlänglich.

3) Der Schlaf, der auf eine lange Anstrengung des Geistes folgt, ist niemals ruhig und sanft; er bringt die Wirkung nicht hervor, die er hervor bringen sollte, weil die Fibern des Gehirns ihre Oscillationen fortsetzen, und die Gedanken in ihrer Reihe fortgehen, ohne daß man sie aufzuhalten im Stande ist; man schläft nicht ein, oder wenn man ja einschläft, so ist es ein leichter Schlaf, den man vielmehr ein halbes Wachen nennen könnte, während welchem die Begriffe ermüden, ohne Nutzen zu schaffen, als eine gänzliche Gefangennehmung der Sinne, als welche den wahren Schlaf bezeichnet. Die Alten, die klüger waren als wir, kannten die Gefahr besser; sie wußten ihre

Zeit unter die Geschäffte und Erholungen einzutheilen; ihre Abende wurden fast niemals mit ernsthaften Beschäfftigungen hingebracht, und Asinius Pollio, der so berühmte römische Redner und Consul, der zuerst in Rom eine Bibliothek anlegte, wußte so gut, daß das Nachtstudiren gefährlich sey, daß er nicht einmal von der zehenten Stunde an, das ist zwo Stunden vor dem Untergange der Sonne, Briefe las (*).

4) Man handelt durch das nächtliche Arbeiten den Gesätzen der Natur zuwider, welche den Anfang der Nacht zum Anfange der Ruhe bestimmt; sie nöthiget alsdann zum Schlafe durch die Beschaffenheit der feuchtern, kältern und ungesunden Luft, durch die Finsterniß; durch das Stillschweigen, und durch das Beyspiel aller lebenden Wesen: die meisten Thiere fühlen, daß ihre Kräfte bey dem Untergange der Sonne merklich vermindert werden, und verfallen in Schlaf, bis jenes Gestirn wieder kömmt, so der Luft ihre Gesundheit wieder giebt; sogar verschiedene Pflanzen geraden in einen Zustand, den man mit Recht ihren Schlaf nennet. Sollte denn der Gelehrte den Gebrauch der Nacht mit dem Bösewichte und dem wilden Thiere theilen?

Die gefährlichen Einflüße der Nachtluft sind bey einigen Personen so merklich, daß der Herr Van Swieten einen Podagraisten gekannt hat, der nach dem Untergange der Sonne, ohne seinen

(*) *Seneca* de tranquillitat. anim. c. 15.

seinen Zufall zu beschleinigen, nicht einmal einen Brief lesen konnte. Auch ist es nicht weniger gefährlich im Bette nachzudenken, als sich zu spät nieder zu legen; das Nachdenken führt, wie ich bereits gesagt habe, eine größere Menge Blut ins Gehirn; die horizontale Lage des Körpers erleichtert diese Wirkung; der Schlaf, so darzu kömmt, vermehret sie noch mehr, und dieses Werkzeug muß hierdurch nothwendig von dieser übeln Gewohnheit leiden, so wie der ganze Körper durch die Beraubung des Schlafs leidet, die eine Wirkung des Nachtstudirens ist; man schwächt sich, man bekömmt heftige Kopfschmerzen, die Nerven nutzen sich ab, ihre Bewegungen werden unregelmäßig, die Ordnung der Ideen wird gestöret, man verfällt in einen wahren Wahnwitz, den ein sanfter und ruhiger Schlaf vielleicht verjagen könnte; allein, wie darf man hoffen, ihn wieder zu erlangen? Unter allen gestörten Verrichtungen ist der Schlaf diejenige, die sich am schwersten wieder herstellen läßt; man bringt sich muthwilligerweise darum, man beweinet ihn aber nachgehends bitterlich, und fast jederzeit vergebens. Ich habe einen Brief vor mir liegen, den ich eben von einem Frauenzimmer erhalten habe, das ohngefähr fünfzig Jahre alt ist, welche die Geschichte ihrer Plagen folgendermaßen anfängt. „Ich bin mit einer guten „Leibesbeschaffenheit zur Welt gekommen, allein „da ich in meiner Jugend einen Theil der

„ Nächte mit Lesen zugebracht habe, so fiel ich
„ von meinem achtzehenden Jahre an in eine
„ Entkräftung, welche die Unordnung angefan-
„ gen hat: ich bekam Flüße u. s. w und schlaf-
„ lose Nächte, die ich von der Zeit an beständ-
„ dig gehabt habe; auch jetzt noch bin ich sehr
„ oft damit geplagt, ich rede von der Schlaf-
„ losigkeit. „

5) Die fetten Dünste von den Materien, welche man brennen muß, vermehren noch die Gefahr des Nachtwachens, indem sie die Luft verderben, und sie dadurch den Augen, den Nerven und der Lunge leicht schädlich machen; man vermindert diese Gefahr sehr, wenn man Wachslicht brennet; doch bleibt sie allezeit in einem gewissen Grade.

§. 33.

Die eingeschlossene Luft, so die Leute, die bloß mit ihren Büchern leben, beständig einziehen, ist die fünfte Ursache, auf welche man gemeiniglich nicht aufmerksam genug ist, und welche sehr viel beyträgt, ihre Uebel zu vergrössern. Eine reine, freye Landluft erfrischet, stärket, erleichtert das Athemholen und die Ausdünstung, und belebet die ganze Maschine: es ist wohl niemand, der dieses nicht an sich selbst erfahren habe, woraus man schließen kann, wie sehr eine solche Luft den Gelehrten nützlich seyn würde. An statt aber sie zu genießen, so leben sie im Gegentheile fast beständig in einer Luft,

wel-

welche, weil sie selten erneuert wird, dick, dunstig, ohne Elasticität ist, welche erhitzet, an statt zu erfrischen, träge macht, an statt zu ermuntern, welche schlapp macht, an statt zu stärken, der Ausdünstung schadet, an statt sie zu befördern, und dadurch die übeln Wirkungen aller andern Ursachen, welche den Gelehrten schaden, vermehret. Alle Tage keine frische Luft in sein Zimmer kommen lassen, heißt von dem Unflate des vorigen Tages leben; und wer sind dann die Gelehrten, die sie alle Tage erneuern?

§. 34.

Diese Nachläßigkeit vieler Gelehrten in Ansehung der Luft, welche sie athmen, erstrecket sich bisweilen auf ihre ganze Person; ich habe welche gesehen, die die Reinlichkeit dermaßen vernachläßigten, daß sie einem Ekel erweckten, und sich dadurch allen den Krankheiten aussetzten, welche eine Folge der Unreinlichkeit sind, die man als die sechste Ursache angeben kann, welche viel mehr Einfluß hat, als man gemeiniglich glaubt (*), und wovon eine der schädlichsten Wirkung diese ist, daß die Ausdünstung dadurch vermindert wird. Die Un-

(*) Man hat von dieser Materie eine Abhandlung eines der größten Aerzte, die Deutschland hervorgebracht hat. J. Z. *Platneri* dissertatio de morbis ex immunditiis, Lips. 1731. opuscul. t. I. p. 20

reinlichkeit der Zähne, die so gemein ist, hat ebenfalls ihre Beschwerlichkeiten und Gefahren: indem man sie zu reinigen unterläßt, so werden sie mit einem dicken und unsaubern Weinsteine überzogen, der einen stinkenden Geruch von sich giebt, wovon alle diejenigen, die ihnen zu nahe kommen, vergiftet werden, und welche ihren eigenen Speichel nebst ihrem Zahnfleische verderbt, ihnen häufige Flüße, entsetzliche Schmerzen, Entzündungen, Eiterungen, Geschwüre im ganzen Munde, und endlich den Verlurst ihrer Zähne verursachet, welcher ihren Magen der Hülfe des Kauens beraubet, das für jedermann so wichtig, noch vielmehr aber für diejenigen ist, welche, wie die Gelehrten, übeln Verdauungen unterworfen sind; zumal da sie über dieses durch die üble Gewohnheit, viel leiden müssen, daß sie sogar bey Tische lesen und sich gleich darauf wieder beschäfftigen.

§. 35.

Diese siebente Ursache, deren Einflüssen wenige Personen, die sich derselben aussetzen, entgehen können, ist eine von denen, welche den Magen am geschwindesten angreifen. Die Thätigkeit der Nerven ist zur Verdauung so nöthig, daß, wenn man an einem Thiere die Nerven bindet, so zum Magen gehen, die Speisen ohne verdauet zu werden, darinne verfaulen (*). Wenn die beschäfftigte Seele die Austheilung

(*) *Halleri* oper. minor. t. I. p. 359.

theilung der Lebensgeister zu der Zeit aufhebet, da sie diesem Werkzeuge nöthig sind, so muß die Verdauung nothwendig mangelhaft werden; die Speisen halten sich lange auf, und werden schlecht erweicht; es entwickelt sich davon viel Luft, welche den Magen reizet, aufblähet, und durch diese Blähung schwächer macht. Xilander hat in seinem schönen Briefe an den Plempius über die Krankheiten, welche die Ausübung des obrigkeitlichen Amts nach sich ziehet, sehr wohl eingesehen, und auf eine Art vorgetragen, die der Theorie der damaligen Zeit gemäß war, daß diejenigen, welche die Hitze des Magens beständig zerstreuen, um die Verrichtungen der Seele abzuwarten, zu verdauen unfähig sind (*). Und Plempius zeiget in seinem Werke ebenfalls die Gefahr dieser übeln Gewohnheiten an (**), welche keinem einzigen von den Aerzten entwischet ist, die sich mit den verschiedenen Theilen der Diät, und vornemlich mit der beschäfftiget haben, welche diejenigen beobachten müssen, so die Wissenschaften treiben.

§. 36.

Dieser Eifer zur Arbeit, der bis zu der eben so lächerlichen als tadelnswürdigen Ausschwei-

(*) Dieser Brief, der im Jahre 1662. geschrieben ist, befindet sich zu Anfange des Werks des Plempius de togatorum valetudine tuenda.

(**) a. d. 110 S.

fung getrieben wird, welcher nicht erlaubet, sich zum Essen und Trinken Zeit zu nehmen, zieht eine andere Unachtsamkeit nach sich, die ebenfalls traurige Folgen hat, und welche ich zur achten Ursache von den Krankheiten, der Gelehrten angebe: dieses ist die üble Gewohnheit, den Urin lange zu halten, und den Stuhlgang aufzuschieben. Wenn diese Excremente zu lange zurück gehalten werden, so verderben sie, verdünen sich, greifen die Gedärme oder die Blase an, verändern ihr schleimigtes Wesen, und verursachen oft die schrecklichsten Krankheiten darinne. Die kleinen Gefäße, wovon alle Höhlungen des Leibes angefüllt sind, ziehen verfaulte Theilchen an sich, welche das Blut, indem sie dahin übergehen, verderben, und die Nerven, welches vielleicht noch trauriger ist, hören nach einer gewissen Zeit auf, dem Antriebe der Nothdurft zu gehorchen; oft lähmet sie sogar die große Spannung; alsdann haben die Blase und die Gedärme nicht mehr die Kraft, den Urin und die Excremente (*) fort zu treiben, und die Kunst muß solche

alsdann

(*) Galenus hat bereits die Quelle dieser Krankheit sehr wohl gekannt, und er erzählt uns, daß er verschiedene Personen gesehen habe, welche, weil sie ihren Urin, entweder aus Zerstreuung, wenn sie sehr beschäfftiget waren, oder aus Nachläßigkeit oder des Wohlstandes wegen in den Tempeln, im Senate, in

der

alsdann hervor zu bringen suchen. Zur andern Zeit verfällt man in eine dem Ansehen nach ganz entgegen gesetzte Krankheit, ob sie gleich von eben der Ursache herrühret, und von der ersten bloß dadurch unterschieden ist, daß ein anderer Theil der Blase gelähmet worden; diese ist, wenn man den Urin gar nicht mehr halten kann; und ich bin von verschiedenen Personen um Rath gefraget worden, welche, weil sie ihn zu lange zurück gehalten, die Kraft ihn zu halten gänzlich verlohren hatten; er lief beständig heraus, und dieses ist ohne Zweifel für sich und für andere eine der unangenehmsten Beschwerlichkeiten, die einem nur begegnen kann. Man kann auch für diese allzu lange und übertriebene Zurückhaltung noch ärger gestrafet werden, und jedermann weis das traurige Ende des unsterblichen Tycho Brahe, welcher da er mit dem Käiser Rudolph II. in der Kutsche saß, der ihn mit Wohlthaten überhäufte, seinen Urin zu lange zurück hielt, und diese zur Unzeit angebrachte hochachtungsvolle Schamhaftigkeit mit seinem Leben bezahlte.

§. 37.

Ich trage kein Bedenken zur neunten Ursache von den Krankheiten der Gelehrten anzu-

der Gerichtstube, bey Tische, zu lange zurück gehalten. die Kraft, ihn von sich zu lassen, verlohren hatten De Symptomat. causis lib. 3. cap. 8. et de loc. affect. libr. 6 cap. 4 Charter t. 7. p. 98. et 515.

geben, daß sie der Gesellschaft entsagen, welches sich viele erstlich aus eigener Bewegung auflegen, und nachgehends einen Geschmack daran finden: allein es hat seine wahren Beschwerlichkeiten. Die Menschen sind für die Menschen geschaffen worden; ihr wechselsweiser Umgang hat Vortheile, denen man nicht ungestraft entsagt, und man hat mit Recht angemerket, daß die Einsamkeit die Entkräftung nach sich ziehe (*). Nichts in der Welt trägt mehr zur Gesundheit bey als die Munterkeit, welche die Gesellschaft erwecket, die Einsamkeit aber vertreibet: und diese moralische Ursache der Verdrießlichkeit, nebst den physikalischen Ursachen der Melancholey, wovon ich weiter oben geredet habe, stürzet oft die Gelehrten in eine Traurigkeit, deren Wirkungen auf die Gesundheit eben so nachtheilig sind, als die Wirkungen der Fröhlichkeit ihr vortheilhaft seyn würden; sie macht leuteschen, und bringet ein verdrießliches Gemüth, die Unzufriedenheit und den Eckel an allen hervor, welches man als die größten Uebel ansehen kann, weil sie uns den Genuß aller Güter benehmen.

§. 38.

Ich habe die allgemeinsten Ursachen der Krankheiten angezeiget, denen die Gelehrten unterworfen zu seyn pflegen: ich muß nun auch ein Wort von denen sagen, welche von dem besondern Gegenstande ihrer Beschäfftigungen abhangen, wie auch von denen, welche gewisse Werk-

(*) *Cicero* de offic. l. 3. cap. 1.

Werkzeuge ins besondere angreifen. Die Anatomiker bekommen oft heftige Fieber, welche die angesteckte Luft, die sie athmen, verursachet; ferner sind sie den Krankheiten ausgesetzt, welche von der Verderbung der Galle herrühren. Das Blut der todten Körper, womit ihre Hände beständig angefeuchtet sind, macht bisweilen für sie die kleineste Verwundung, die geringste Abschälung der Haut, tödtlich. Die chymischen Versuche haben ebenfalls ihre Gefahren; mehr als ein Chymist ist das Opfer davon gewesen; und Herr Börhaave selbst würde von einer sauern Dunst ersticket worden seyn, wenn er nicht sogleich zu einem alkalischen Geiste seine Zuflucht genommen hätte, den er glücklicherweise bey der Hand hatte, und wovon die Dunst, indem sie die Schärfe des ersten vernichtete, den Krampf vertrieb, den sie in der Lunge verursachet hatte. Einige Botaniker sind bey der Betrachtung und Untersuchung der Pflanzen umgekommen; allein da diese Zufälle eigentlich zu den Krankheiten der Künstler gehören, so gehe ich zu denen fort, welche das Studiren in einigen Werkzeugen besonders verursachet.

§. 39.

Die Augen, wovon ich bereits oben ein Wort erwähnet habe, sind eins von denen, so am meisten zu leiden haben. Die beständige Wirksamkeit, worinne sie sind, reizet sie, bisweilen entzünden sich die Augenlieder und der äußere Theil des Auges; noch öfter werden die Nerven allein angegriffen, ohne daß man äußer-

lich

lich einen merklichen Fehler daran spüret: ich habe verschiedene Leute in ihren besten Jahren gesehen, die eine so große Empfindlichkeit daran bekommen hatten, daß sie das Licht nicht mehr ertragen konnten, und sich genöthiget sahen in den Zimmern zu leben und zu lesen deren Dunkelheit mir kaum erlaubte die Buchstaben vom größten Drucke zu unterscheiden; vornehmlich waren ihnen die Lichter, deren vippernde Flamme und der Rauch so beschwerlich sind, unerträglich, und sie konnten nicht einmal lange den Schein eines dünnen Wachsstocks vertragen. Es giebt auch noch andere, welche, so bald sie einige Seiten gelesen, die Augen voller Thränen haben, undeutlich sehen, und in kurzem nichts mehr unterscheiden. Die Unordnungen des Gesichts, welche von der allzugroßen Beweglichkeit der Augennerven hervorkommen, welche entweder von allzuvielem Lesen, oder von einer andern Ursache entsteht, sind sehr verschieden und sehr sonderbar. Ich habe über diese Materie viel wichtige Anmerkungen, die aber bequemer in einem andern Werke vorgetragen werden sollen; und ich will diesen Artikel damit beschließen, daß ich noch ein Wort von den Funken sage, welche die Gelehrten oft vor den Augen zu sehen glauben, und wovon Herr Zimmermann, der diesem Uebel einige Zeit selbst unterworfen gewesen ist, in dem Werke, welches ich bereits verschiedenemal angeführet habe mit vieler Geschicklichkeit ausführlich gehandelt hat. Sie finden statt, so oft die Beweglich-

weglichkeit der Sehnerven auf den Grad gekommen ist, daß sie ohne von dem äußern Eindrucke des Feuers gerühret zu werden, durch eine Folge des unordentlichen Zustandes, worinne sie sich befinden, ähnliche, und eben so lebhafte Bewegungen haben, als diejenigen sind, welche die Gegenwart dieses Elements hervorbringen würde.

§. 40.

Die Redner sind ebenfalls gewissen Krankheiten ausgesetzt, die von ihrem Berufe herrühren, und die für sie traurig sind. Das laute Lesen ist der Lunge bisweilen zuträglich, ich habe es selbst bey einigen Krankheiten der Verdauungswerkzeuge mit gutem Erfolge angerathen: allein eine starke und fortgesetzte Declamation, wodurch der ordentliche Gang des Athemholens beständig gestöret wird., ist der Lunge sehr schädlich, weil sie dadurch gereizet erhitzt und entzündet wird. Daher entstehen die Heiserkeit, der Verlust der Stimme, Hitze in der Brust, der Husten, das Blutspeyen, Eiterungen, schleichende Fieber, eine allgemeine Entkräftung, und endlich die Schwindsucht; und diese nützlichen Menschen verlöschen wie eine Lampe, die bloß gebrannt hat, um andern zu leuchten. Cicero wurde mit diesem Unglücke bedrohet; die Aerzte warneten ihn davor, und riethen ihm, der Gerichtsstube auf zwey Jahre zu entsagen; er folgte ihrem Rathe, die Ruhe stärkte ihn und gab ihm seine Völligkeit wieder, die er durch die Arbeit verlohren hatte.

Die-

Diejenigen, so am meisten beklagt zu werden verdienen, sind die Prediger, die in der Kirche nichts anders zu verrichten haben, als Predigten zu halten; und die Rechtsgelehrten, die keine andere Beschäfftigung haben, als Gerichtsakten zu verfertigen und sie vorzutragen: beyde richten ihrer Gesundheit auf zweyerley Art zu Grunde; erstlich durch ihren Fleiß in der Arbeit, wie die andern Gelehrten; zweytens durch das Declamiren, welches sie um so viel mehr angreift, da ihre Lunge, die an einen langsamen Umlauf, als die Folge eines sitzenden Lebens, gewöhnet ist, diese gewaltigen Bemühungen auszuhalten nicht wohl im Stande ist.

§. 41.

Die großen Schauspieler sind wie die Redner diesen Uebeln ausgesetzt: der unsterbliche Moliere starb an Blutspeyen, nachdem er eins von seinem Stücken mit vielem Feuer gespielet hatte; andere haben nach einer schweren tragischen Rolle gleiches Schicksal gehabt.

Die Musiker vornehmlich sterben oft an Brustbeschwerungen, und man sieht aus ihren zergliederten Körpern, daß ihre Lunge entzündet, und voller Eiter und Geschwüre ist. Herr Morgagni hat einen jungen Menschen gesehen, der eine sehr schöne Stimme hatte, und dem die Ausübung seines Talents die Schwindsucht zuzog: und da sich die Eiterung der Lunge längst der Luftröhre hin bis an den Anfang desselben und an die Gurgel gezogen hatte, so erstickte er,

indem

indem er das Selbe von einem Eye hinterschlucken wollte (*).

Die Herren Pfarrer sind viel glücklicher als die Prediger und Gerichtsredner, weil diejenigen unter ihnen, so die Wissenschaften treiben, durch die Pflichten ihres Berufs, die sie aus ihren Studirstuben reißen, sich selbigen unmäßig zu überlassen verhindert werden. Die Aerzte haben eben den Vortheil, und die Sorge, welche sie für anderer ihre Gesundheit zu tragen verbunden sind, verhindert sie, ihre eigene zu verderben. Glückselig sind endlich alle die Gelehrten, welche ihr Stand zwinget, ihre Bücher zu verlassen, um andere Pflichten zu erfüllen; ihr Körper kömmt in Bewegung, und ob gleich ihr Geist die Arbeit bisweilen bloß verändert, so ist doch diese Verschiedenheit schon selbst eine Erholung.

§. 42.

Das Declamiren verursachet bisweilen einen Zufall, der eine Folge von der heftigen Zusammendrückung ist, welche die Gedärme bey dem allzulangen Athemholen leiden, und welcher, ob er gleich nicht so hart ist, als die Brustbeschwerungen, dennoch auch seine Gefährlichkeiten hat; dieses sind die Brüche, welche bey den Rednern sehr gewöhnlich sind. Sie könnten ihnen durch den Gebrauch eines Bruchbandes zuvorkommen, zumal da sie unumgänglich eins erfordern, so bald sie da sind, weil man sonst, so oft man stark

(*) De sedibus et caussis morbor. t. I. p. 228.

stark redet, gewissen Folgen ausgesetzt ist, welche traurig werden können.

§. 43.

Dieses sind die Hauptkrankheiten, welche eine allzugroße Anstrengung bey den gelehrten Arbeiten hervor bringt: man darf aber nicht glauben, daß alle diejenigen, welche sich einerley Ausschweifungen überlassen, just auch auf eben die Art und im gleichen Grade gestraft werden. Die Verschiedenheit der Leibesbeschaffenheit, des Alters, nebst dem verschiedenen Zusammenfluße der fremden Umstände, bringen in den Wirkungen merkliche Verschiedenheiten hervor, welche mit einiger Aufmerksamkeit zu betrachten nicht undienlich seyn wird.

§. 44.

Es giebt wenig Menschen, die so vollkommen gebauet sind, daß in der Stärke aller ihrer Theile eine vollkommene Uebereinstimmung wäre: es findet sich gemeiniglich einer, der schwächer ist, und dieser ist es fast jederzeit, welcher die ersten und stärksten Eindrücke von den Ausschweifungen im Studiren sowohl als von allen andern empfindet.

Wenn man einen schlechten Magen entweder von Natur, oder von den Folgen der Fehler in der Diät hat, so wird dieses Werkzeug die Entkräftung vom Studiren empfinden, während daß die Nerven ihre ganze Stärke noch behalten: dahingegen die Personen, welche schwache

Nerven und einen guten Magen haben, in sehr schwere Nervenkrankheiten verfallen werden, ehe ihr Magen in Unordnung gebracht wird. Sind die Fibern der Muskeln zu schlaff, so wird man Müdigkeit, Einschlafen der Glieder, eine außerordentliche Schwachheit und Blähung bekommen, ehe die Nerven und der Magen krank werden.

Diejenigen, deren Lunge nicht allzu gut beschaffen ist, werden in die Brustbeschwerungen verfallen, wovon ich weiter oben geredet habe, und von einer Schwindsucht und einem schleichenden Fieber hingerissen werden, ehe sie in den andern Eingeweiden einige Unordnung gespüret haben.

Sind die Gefäße des Kopfs schwach, so wird man beständige Kopschmerzen, oder häufiges Nasenbluten haben, dem die jungen Leute, die fleissig studiren, sehr unterworfen sind, weil, wie ich bereits gesaget habe, die Anstrengung macht, daß das Blut ins Gehirne steigt.

Die Stärke des Temperaments hat ihre Gefährlichkeiten: junge Leute, die eine unvollkommene gute Leibesbeschaffenheit haben, überlassen sich dem Studiren mit einem unermüdeten Eifer; die starke Thätigkeit ihrer Seele vermehret die Thätigkeit aller ihrer Werkzeuge, und sie verfallen in hitzige Krankheiten, welche die Wirkung einer fortgesetzten Reizung in den starken Temperamenten sind. Bisweilen sterben sie

von dem ersten Anfalle: doch ist es gewöhnlicher, daß sie sich wieder erhollen; allein wenn sie völlig wieder hergestellt sind, und sie haben ihre erste Stärke wieder bekommen, und überlassen sich darauf ebendenselben Arbeiten, so verfallen sie auch wieder in dieselbigen Uebel; und man sieht bisweilen, daß junge starke Leute, die übermäßig studiren, alle Jahre ein hitziges Fieber bekommen. Endlich wenn sie nach einiger Zeit von der Arbeit und den Fiebern abgenutzet sind, so haben sie keine Kräfte mehr, und werden von schleichenden Krankheiten angegriffen, wider welche ihnen keine Hülfsmittel übrig sind.

§. 45.

Die Wirkungen des Studirens sind auch nach dem Alter, worinne man es anfängt, sehr verschieden. Eine fortgesetzte Anstrengung tödtet die Kindheit. Ich habe gesehen, daß Kinder, die voller Verstand waren, von dieser gelehrten Wuth, die über ihr Alter war, angegriffen wurden; und ich habe das Schicksal, welches auf sie wartete, mit Betrübniß voraus gesehen: im Anfange sind es Wunder, und am Ende sind es Narren. Dieses Alter ist den Uebungen des Körpers gewidmet, welche ihn stärken, und nicht dem Studiren, welches ihn schwächt und an seinem Wachsthume hindert. Die Natur kann nicht zwo schnelle Entwickelungen zugleich mit gutem Erfolge machen. Man hat Kinder gesehen, deren Leib außerordentlich wuchs, und

die

die letzten Memoires der königlichen Akademie der Wissenschaften reden von einem Languedokker, der in seinen sechsten Jahre so groß als ein erwachsener Mensch war; allein was begegnet ihnen? Der Geist bleibt in einer ewigen Kindheit; diese Stärke des Leibes, die zwar frühzeitig ist, aber nicht die gehörige Festigkeit hat, vergeht eben so geschwind, als sie gekommen war, und diese Wunder sterben im zwölften oder dreyzehnten Jahre. Ist der Wuchs des Geistes zu geschwind, daß sich die Talente frühzeitig entwickeln, und man erlaubt eine dieser Entwickelung proportionirte Anstrengung, so bekömmt der Körper gar keine, weil die Nerven zur Nahrung nichts beytragen; man verfällt in eine Entkräftung, und stirbt nach grausamen Krankheiten, wie man davon ein merkwürdiges Beyspiel an dem Herrn Philipp Baratier gesehen hat, der in seinem achten Jahre Hebräisch, Griechisch, Lateinisch und Französisch konnte, ohne von den Deutschen, als seiner Muttersprache zu reden. Im siebenzehnten Jahre war er der Gelehrteste in ganz Europa; allein von seiner zarten Jugend an war er den Flüssen und andern kleinen Unpäßlichkeiten unterworfen. Im achtzehnten Jahre wurde er von einem Husten, und von einer Menge andrer Krankheiten angegriffen: die Lust zum Essen und der Schlaf verlohren sich, und er seufzete nach nichts als nach seiner Auflösung, welche endlich erfolgte, da er neunzehn Jahre und etli-

che Monate alt war. Ich habe, sagt Herr Boerhaave, einen jungen Menschen gesehen, der alles wußte, und ein Wunder der Gelehrsamkeit war, der aber nicht einmal das fünf und zwanzigste Jahr erreichte. Und ein anderer, der ebenfalls sehr gelehrt war, und Tag und Nacht arbeitete, starb in seinem neunzehnten Jahre an einer Verzehrung, ohne daß man dabey eine gewisse Krankheit angeben konnte (*). Sie haben einen unserer Mitbürger gesehen, der mit den größten und überaus frühzeitigen Gaben gebohren war, dessen wirksamer und durchdringender Geist, indem er sich dem Studiren und dem Nachdenken zu einer Zeit gänzlich ergab, welche die Natur zu stärken bestimmt ist, ihn viele Jahre lang in die traurigste und gefährlichste Entkräftung versetzte: eine Diät, die fast keine Beyspiele hatte, und die Unterlassung seiner Arbeiten gaben ihm einen Schatten seiner Gesundheit wieder; er vergaß unglücklicher Weise, daß er nicht stark war, und wurde in seinen besten Jahren ein Opfer seiner Arbeiten (**).

Ich habe in dem Buche Avis au Peuple angezeigt, wie viel Schaden die Bauern ihren Kindern thun, wenn sie sie mit Arbeiten überhäufen, die über ihre Kräfte sind. Man sieht

das

(*) Praelect. ad Instit. §. 1056. T. 7. p. 346

(**) M. *Philippe Loys* de Chezeaux.

das, was ich eben gesagt habe, überall, und wie viel würde über eben diesen Gegenstand nicht noch zu sagen übrig bleiben, daß man nämlich denen noch einen viel größern Schaden zufüget, die man mit gelehrten Arbeiten überhäufet. Die Aeltern, oder strengen Lehrmeister, welche diese übertriebene Anstrengung verlangen, gehen mit ihren Kindern um, wie die Gärtner, die frühzeitige Früchte verkaufen wollen, mit ihren Pflanzen umgehen: sie opfern einige auf, um sie zu zwingen, ihnen Blumen oder Früchte zu geben, die allemal von kurzer Dauer, und in aller Absicht weit geringer als diejenigen sind, welche erst in ihrer gehörigen Jahreszeit zur Reife gekommen sind; allein sie haben Bewunderung erregt, und man hat die Treibehäuser und die Mistbeete des Gärtners gelobet. Vielleicht ist wohl keine grausamere und unverständigere Einrichtung, als diese Wuth, die Kinder zu vieler Arbeit anzuhalten, und zu verlangen, daß sie geschwind zunehmen; sie ist das Grab ihrer Talente und ihrer Gesundheit; und alles dessen unerachtet, was große Männer haben sagen können, die sie mit mehrerm Nachdrucke als gutem Erfolge angegriffen haben, geht sie noch zu allgemein im Schwange (*).

(*) Ich denke jederzeit mit Vergnügen an den letzten Willen des Anaxagoras dieses so berühmten Philosophens, der zuerst gelehret hat, daß diese Welt das Werk eines verständigen Wesens sey. Da er zu Athen unter

Die Uebel, welche eine allzugroße Anstrengung bey den Kindern verursacht, werden dadurch noch vermehret, wenn sie zu Wissenschaften angehalten werden, vor denen sie einen Eckel haben: und dieses geschieht in einem jeden Alter, wenn man zu Kopfarbeiten gezwungen wird, deren Gegenstand mißfällt, und die Uebel, so der Abscheu zu denen noch hinzugefügt, welche die Anstrengung verursacht, richten den Kranken gar geschwind hin; die Veränderung des Gegenstandes kann sie alleine retten. Ich habe, sagt Herr Boerhaave, diejenigen gleichsam wieder aufleben sehen, welche, nachdem sie zu Wissenschaften waren angehalten worden, welche ihnen misfielen, zu andern übergehen konnten, die mehr nach ihrem Geschmacke waren (**).

§. 46.

unter dem Vorwande, als wenn er die Religion verachtete, verfolgt wurde, so begab er sich nach Lampsacus, woselbst er alle die Hochachtung genoß, die er verdiente, und wo man ihm so gar einen Altar bauete. Die vornehmsten Häupter der Stadt besuchten ihn kurz zuvor ehe er starb, und fragten, ob er etwas zu befehlen hätte: worauf er ihnen antwortete, daß er nichts anders wünschete, als daß man den Kindern erlauben möchte, sich alle Jahre in dem Monate, da er gestorben wäre, lustig zu machen. Dieses wurde ausgeführet, und die Gewohnheit davon war noch zu den Zeiten des Diogenes Laertius.

(**) Prælect. ad Inst. §. 1056. T. 7. p. 346.

§. 46.

Da das frühzeitige Studiren schadet, so ist es nicht weniger gefährlich, wenn man damit zu spät anfängt. Die Natur nimmt nur nach und nach Gewohnheiten an: es ist eine Zeit, wo sie selbige schwerlich annimmt; und wenn ein Mensch sein vollkommenes Alter erreicht hat, ohne die gelehrten Beschäfftigungen getrieben zu haben, so steht zu befürchten, daß die Fibern des Gehirns sich schwerlich nach den neuen Bewegungen biegen, welche diese neue Lebensart erfodert, und daß sie in unordentliche Bewegungen verfallen, welche den Wahnwitz verursachen. Die Beyspiele von Leuten, welche ihre Vernunft verwirrt haben, indem sie sich dem Studiren zu einer Zeit gewidmet, wo man anfangen muß es einzuschränken, sind gar nicht selten: ich habe vor kurzem einen Fremden hier gehabt, der, da er in seinem vierzigsten Jahre die Handlung verlassen, um sich den Wissenschaften zu widmen, sein Gehirn verwirrt machte, indem er den Locke, Newton, Clarcke u. s. w. las. Die Unterlassung seines Studirens, Zerstreuungen, angenehme Gesellschaften, die Bewegung und die Arzneymittel, haben ihn gänzlich wieder hergestellt: allein dieses währete nicht lange; er fieng seine methaphysischen Beschäfftigungen wieder an, und fiel in sein voriges Uebel zurück. Nur noch neuerlich bin ich von einem andern Kranken um Rath gefraget worden, der, da er in seinem fünfzigsten

Jahre ein Physiker und Meßkünstler werden wollte, in eine Melancholey verfallen ist, deren Anfälle wahre Anfälle der Narrheit sind.

§. 47.

Eine jählinge Vermehrung der Beschäfftigungen ist eben so traurig, und die einzige Beobachtung, die ich davon in dem ganzen großen Werke des Herrn Pujati gefunden habe, ist von einem berühmten Prediger, der von dem General seines Ordens in eine Stadt zu predigen geschickt worden, wo die Zuhörer schwer zu befriedigen waren, daher er so viel Mühe anwendete, um sich zu behaupten, daß er sich eine unheilbare Epilepsie zuzog.

§. 48.

Es ist gar gefährlich, wenn sich Gelehrte, die nicht mehr jung sind, auf einmal auf Wissenschaften legen, die von denen unterschieden sind, so sie bis dahin getrieben hatten. Die neuen Begriffe, womit sie sich beschäfftigen, setzen nothwendig neue Fibern in dem Gehirne in Bewegung, für welches dieses ein heftiger Zustand ist, der das Nervensystem schwächt. Ich habe einen sehr geschickten Gottesgelehrten gekannt, der seine Gesundheit dadurch gänztich zu Grunde richtete, daß er sein gewöhnliches Studiren aussetzte, um das Hebräische zu treiben. Und ein ehrwürdiger Priester, der in seinem fünfzigsten Jahre auf einen Lehrstuhl

in

in der Gottesgelehrtheit erhoben worden war, fiel in eine Entkräftung, die ihn ins Grab geführet hat, weil er sich der Arbeit überließ, welche dieser neue Beruf von ihm foderte.

§. 49.

Wenn die Veränderung der Gattung des Studirens denen schädlich ist, welche sich schon in einem reifen Alter befinden, so ist es die Fortsetzung der Arbeit nicht weniger, wenn man ein hohes Alter erreicht hat. Wenig Menschen sind mit einer so glücklichen Leibesbeschaffenheit gebohren, wie Georgias von Leontium, der ein Alter von hundert und acht Jahren erreichte, ohne sein Studiren zu unterbrechen, und in Schwachheit zu verfallen; oder wie Isocrates, sein Schüler, der seine Phanathenäa in seinem vier und neunzigsten Jahre schrieb, und acht und neunzig Jahre alt worden; oder wie einer von den größten Aerzten von Europa, der mir unlängst schrieb, ob er gleich sein ganzes Leben über viel gearbeitet hat, und beynahe siebenzig Jahre alt ist, daß er noch ordentlich vierzehn Stunden des Tages arbeitete, und bey der vollkommensten Gesundheit wäre. Diese und andre ähnliche Beyspiele machen kein Gesetz; es bleibt jederzeit wahr, daß das Alter durch eine fleißige Arbeit beschweret werde, und daß es den Fortgang desselben beschleunige. Unsere Seele ist ohne Zweifel unsterblich: allein so lange sie mit dem Leibe vereiniget ist, so folgt sie auch dem

Schicksale desselben; sie scheint mit ihm zu entstehen, zu wachsen, und alt zu werden (*). Die Abnahme der Kräfte des Leibes zeiget uns an, daß wir die Arbeiten des Geistes mindern sollen; jener kann nicht mehr eben die Lasten tragen, und dieser kann nicht mehr eben das Studiren aushalten, und die Kräfte nehmen ab, so wie die Stärke der Muskeln abnimmt. Wenig Alte scheinen diese Wahrheit zu empfinden; kein einziger will sie hören; alle sind in diesem Stücke wie jener Erzbischof von Granada (**); sie ist aber darum nicht weniger gewiß; und wenn diejenigen, die sich in ihrer Arbeit zu mässigen wissen, so wie ihr Alter zunimmt, dadurch den Schwachheiten zuvorkommen, und ihre Gesundheit in Sicherheit setzen; so versichern diejenigen ihre Ehre, welche beyzeiten den Entschluß zu fassen im Stande sind, ihre Werke in ihr Pult einzuschließen.

Solve senescentem mature sanus equum, ne
Peccet ad extremum ridendus, & ilia ducat.

Horaz.

„ Ich habe, sagt die obrigkeitliche Person zu
„ Brüssel, die ich bereits angeführet habe, die
„ stärksten Leute gleich zu Anfange ihres ersten

„ Alters

(*) Gigni pariter cum corpore, & una
Crescere sentimus pariterque senescere mentem.

(**) S. Gil Blas im 3. Th.

„Alters sterben sehen, weil sie fortfuhren, sich „eben so sehr zu beschäfftigen, als in den Jah„ren, da sie noch stark und munter waren. Wir „wollen doch durch ihr Beyspiel klug werden! „unser Alter ist für eine angenehme Muse ge„macht; es ist die Zeit der Ferien. Man neh„me daher immer nach und nach von seinen Ar„beiten ab, und verlasse sie endlich ganz und „gar. Und wenn man den größten Theil seines „Lebens dem gemeinen Wesen gewidmet hat, so „behalte man den letzten für sich: die Gesetze „selbst heißen uns dieses thun; im fünf und sech„zigsten Jahre befreyeten sie einen Rathsherrn „von seinen Verrichtungen, und gaben ihn sich „ selbst wieder (*).

§ 50.

Man darf nicht denken, daß das eigentlich sogenannte Studiren alleine die Ursache sey, welche die Uebel hervorbringen könne, wovon ich hier einen Entwurf gemacht habe: eine jede starke Anspannung der Seele wird eben die Wirkung hervorbringen, und ich habe bereits einige Beyspiele davon angeführt.

Die übertriebene Andacht verursacht sehr oft die gänzliche Zerstörung der Gesundheit. Herr Zimmermann hat über diesen Artikel verschiedene wichtige Beobachtungen gesammelt, welche die fromme Schwermuth sehr wohl abschildern,

(*) Epist. *Plempio.*

schildern, deren Zufälle so sonderbar, erschrecklich und grausam sind, als es nur möglich ist; und es giebt sehr wenig prakticirende Aerzte, die nicht in dieser Art traurige Beyspiel gesehen haben. Die Größe, die Schönheit des Gegenstandes, womit man sich beschäfftiget: die Wollust, welche die Empfindung begleitet, so eine Seele hat, die sich dem Wesen aller Wesen ganz überläßt, machen einen lebhaften Eindruck, der in dem Gehirne eine allzustarke und anhaltende Spannung macht, als daß man sie lange ungestraft aushalten könne; sie stürzet die Seele gar bald in den Unsinn der Schwärmerey, und den Leib in die Entkräftung. Ich habe gesehen, daß die liebenswürdigsten jungen Personen ihre Lebhaftigkeit verlohren haben, und verzehret worden sind, so wie sie sich einem irrigen Systeme überließen, und aufhörten, sich mit ihrem Berufe zu beschäfftigen, um einzig und allein an denjenigen zu denken, welcher der Urheber davon ist, und den man ohne Zweifel nicht besser ehren kann, als wenn man diesen Beruf erfüllet. Sie bedauren noch, meine Herren, einen ihrer Schüler, der mit den größten Talenten, einer starken und schönen Seele, mit der größten Aufrichtigkeit und mit allen Tugenden gebohren war, und der Kirche einen Lehrer von den größten Verdiensten ankündigte, welcher, da er das Opfer einer Sekte wurde, zu der er sich unglücklicher Weise hielt, an der schnellen Entkräftung

kräftung gestorben ist, worein man seinen Körper stufenweise hat fallen sehen, so wie seine Seele entbrannte.

§. 51.

Die Beschäfftigungen der Souverainität, der Ministerschaft, des obrigkeitlichen Amts, das Nachdenken, es sey welches es wolle, kurz, alles was die Kräfte der Seele stark und lange in Bewegung setzt, bringt eben die Uebel hervor, als die Cultur der abstraktesten Wissenschaften. Die Könige, die Reichsräthe, die Minister, die Gesandten, die Projektmacher, haben gleiches Schicksal mit den Gelehrten, wenn sie eben die Zeit und Anstrengung auf ihre Geschäffte wenden, als die Gelehrten auf ihr Studiren. Sie haben zwar einen Vortheil, von dessen Wichtigkeit ich bereits etwas gesagt habe; dieser ist, daß sie die Pflichten ihrer Aemter oft zu Zerstreuungen und zu einer Bewegung nöthigen, deren die Leute, die blos Gelehrte sind, beraubet sind: allein auf der andern Seite sind ihre Arbeiten oft mit Verdrüßlichkeiten und Unruhen vermischt, wovon die Einflüsse noch grausamer sind, als die Einflüsse der Unthätigkeit, und welche den Leib eben so sehr unterdrücken als den Geist; auch sind diejenigen, welche den Beschäfftigungen großer Unternehmungen, und den Sorgen, die sie unvermeidlich begleiten, widerstehen, ganz unbegreifliche Erscheinungen für mich. Cäsar, Mahomed, Crom-

Cromwel, Paoli, der vielleicht größer ist als sie alle, haben ohne Zweifel von der Natur mehr als menschliche Kräfte erhalten, und sie würden dem ungeachtet, ohne die Hülfe der Bewegung und der Mäßigkeit, untergelegen haben. Allein ich habe mich lange genug mit den Uebeln beschäfftiget; es ist Zeit, auf die Heilungsmittel zu kommen.

§. 52.

Die erste Schwierigkeit, die man bey den Gelehrten zu überwinden hat, wenn es auf ihre Gesundheit ankömmt, ist diese, daß man sie überzeugt, daß sie Unrecht haben. Sie sind wie die Liebhaber, welche aufgebracht werden, wenn man sich untersteht zu sagen, daß der Gegenstand ihrer Leidenschaft Fehler habe; über dieses haben sie fast alle diese Art von Beständigkeit in ihren Begriffen, welche das Studiren giebt; und da diese Beständigkeit durch die gute Meynung von sich selbst vermehret wird, womit die Gelehrsamkeit diejenigen, welche sie besitzen, oft einnimmt, so macht sie, daß es gar nicht leicht ist, sie von der Schädlichkeit ihres Betragens zu überreden. Man mag warnen, Einwendungen machen, bitten, schmälen, es ist oft alles vergebens: sie betrügen sich selbst auf tausenderley Arten. Der eine rechnet auf die Stärke seines Temperaments; der andere auf die Stärke der Gewohnheit; ein andrer hofft der Strafe zu entgehen, weil er noch nicht gestraft

worden ist; noch ein anderer gründet sich auf fremde Beyspiele, die nichts für ihn beweisen; alle zusammen aber widersetzen sie sich dem Arzte mit einer Hartnäckigkeit, die sie für Standhaftigkeit ausgeben, die sie billigen, und wovon sie die Opfer werden. Anstatt die künftige Gefahr zu scheuen, so wollen sie bisweilen nicht einmal das gegenwärtige Uebel empfinden; oder vielmehr das größte Uebel für sie ist, die Beraubung der Arbeit: alle andre rechnen sie für nichts, wenn sie nur diesem entgehen können. Sind sie endlich zu dem Grade der Beweglichkeit gekommen, der sie in die entgegen gesetzte Extremität stürzt, und macht, daß sie alles fürchten, auch sogar die unwahrscheinlichsten Uebel, so ist man nicht glücklicher mit ihnen: und die Kleinmüthigkeit macht sie nicht allezeit gelehrig, sondern stürzt sie in eine Unbeständigkeit, die noch schlimmer ist als die Hartnäckigkeit selbst; daher man auf die Ausführung einer unterbrochenen Cur gar nicht rechnen darf. Man kann also sagen, daß die Gelehrten überhaupt diejenigen Kranken sind, die am schwersten zu bedienen sind; und dieses ist eine Ursache mehr, sie von den Mitteln zu unterrichten, ihre Gesundheit zu erhalten und wieder herzustellen.

§. 53.

Das erste Erhaltungsmittel, ohne welches alle andre Hülfsmittel vergebens sind, ist, den Geist ausruhen zu lassen. Ich weis, daß es

eine

eine kleine Anzahl Menschen giebt, die über alle andre erhaben sind, denen man diesen Rath zu geben sich nicht unterstehen würde; es würde ein Verbrechen seyn, wenn man sie zerstreuen wollte. Ein Descartes, der mit den erhabensten Betrachtungen beschäfftiget ist, und den Weg zeiget, der die Menschen zur Wahrheit führet; ein Newton, der die Gesetze der Natur entdecket, und aus einander setzet; ein Montesquieu, der für alle Völker, und für alle Jahrhunderte ein Gesetzbuch verfertiget; dieses alles sind Leute, die man in ihren Beschäfftigungen nicht stören muß; sie sind zu diesen großen Arbeiten gebohren, das allgemeine Wohl erfodert sie: allein wie viel zählet man Menschen, deren nächtliche Beschäfftigungen so wichtig sind? Die meisten verderben unnützer Weise ihre Zeit und ihre Gesundheit; der eine trägt die gemeinsten Sachen zusammen; der andere sagt das, was man schon hundertmal gesagt hat; der dritte beschäfftiget sich mit ganz unnützen Untersuchungen, dieser giebt sich die äußerste Mühe, die elendesten Aufsätze zu verfertigen; jener schreibt die verdrüßlichsten Werke, ohne daß ein einziger davon an das Uebel denkt, daß er sich selbst anthut, und den wenigen Nutzen in Erwägung zieht, den das Publikum davon haben wird. Die meisten haben auch nicht einmal das Publikum zur Absicht, und fallen bloß über das Studiren her, wie der Vielfraß über die Speisen, um ihre Leidenschaft zu sättigen, daher sie

oft

oft sehr wesentliche Pflichten verabsäumen. Man greife sie hitzig an, reiße sie aus ihrer Studirstube, und zwinge sie zur Ruhe und zu Erholungen, welche die Uebel entfernen, und die Kräfte wieder herstellen werden. Auch ist die Zeit, welche sie außer ihrer Studirstube zubringen, gar nicht verlohren; sie werden mit einem neuen Eifer ihre Arbeit antretten können, und einige Augenblicke, die man täglich der Ruhe widmet werden durch den Genuß einer langen Gesundheit, welche die Zeit ihres Studirens verlängert, sehr belohnet werden. Oft entstehen auch mitten in der Erholung die glücklichsten Ideen und einer der schönsten Geistes dieses Jahr hunderts hat seine unsterblichen Werke auf dem Lande unterm Spazirengehen verfertiget (**): die Seele breitet sich in der freyen Luft mehr aus, die engen Wände einer Studirstube machen sie gleichsam kleiner; der Geruch der Blumen auf dem Felde erhebet sie, der Dampf von der Lampe hingegen drückt sie nieder, und die Vergleichung des Plutarchs ist sehr richtig: Ein wenig Wasser, sagt er, nähret und stärket die Pflanzen, eine größere Menge erstickt sie;

(*) Vegeta et strenua ingenia, quo plus recessus sumunt hoc meliores impetus edunt. *Valer. Maxim.* lib 3. cap. 6. p. 140.

(**) Animus eorum qui in aperto aëre ambulant, attollitur. *Plin.* Jun.

eben so ist es auch mit dem Geiste, die mäs- sigen Arbeiten nähren ihn; die übertriebe- nen hingegen unterdrücken ihn (*). Ist ir- gend ein Fall, worinne es wichtig ist, dem Ue- bel zuvor zu kommen, so ist es gewiß dieser: die Krankheiten, welche ihren Sitz in dem Gehir- ne haben, lassen sich schwerlich aus dem Grunde heilen, und dieses Werkzeug ist eines von de- nen, welche ihre Kräfte am schwersten wieder erlangen. Je mehr es die Gelehrten nöthig ha- ben, desto mehr liegt ihnen daran, es zu scho- nen, und mir däucht, daß diese Leute, welche durch übermäßige Arbeiten ihre Kräfte abgenut- zet haben, und dadurch blödsinnig geworden, ein Anblick sind, der fähig genug ist, den Ge- lehrten die Augen zu öffnen, und ihnen die stärk- ste Lection der Mäßigung zu geben. Sie be- stehen also nicht mehr darauf, ihre gefährlichen Irrthümer zu rechtfertigen, und mit ihrer eigenen Gesundheit zu spielen; sie führen nicht anderer Leute Beyspiele an, dieses ist eine gefährliche Schlinge; sie verlassen sich nicht mehr auf die Stärke ihrer Leibesbeschaffenheit, denn sie schwächen sie täglich; sie rechnen nicht auf die Wirkung der Gewohnheit, denn sie macht die Wirksamkeit der schädlichen Ursachen zwar un- merklich, allein sie vernichtet solche nicht; das Glück, welches sie bisher gehabt haben, der Gefahr zu entgehen, betäube sie nicht in Anse-

hung

(*) De educatione pueror. c. 12.

hung der Gefahr, welche ihnen drohet; sie überzeugen sich endlich, daß man sich einer übermäßigen Arbeit nicht ungestraft überläßt, und daß man, um die Wissenschaften zu treiben, ohne der Gesundheit zu schaden, sein Studiren oft unterbrechen müsse.

§. 54.

Die Unthätigkeit, als die zweyte Ursache von den Krankheiten, welche der Gegenstand dieser Abhandlung sind, angeführet zu haben, heißt ohne Zweifel die Bewegung als eins der stärksten Mittel, die Gesundheit der Gelehrten zu erhalten und wieder herzustellen, angezeiget haben. Man hat in dem vorigen Abschnitte den großen Nutzen der freyen Luft gesehen, und er wird gar sehr vermehret, wenn man sich zu gleicher Zeit eine etwas starke Bewegung macht. Die Verreinigung dieser beyden heilsammen Mittel erquicket, erleichtert den Umlauf, befördert die Ausdünstung, belebet die Thätigkeit der Nerven, und stärket alle Glieder.

Ein jeder Mensch, der sich einige Tage in seiner Studirstube beschäfftiget hat, fühlt eine Schwere im Kopfe, bekömmt hitzige Augen, trockne Lippen und einen trocknen Mund; eine gewisse Beschwerlichkeit in der Brust, eine leichte Spannung an der Herzgrube, mehr Neigung zur Traurigkeit als zur Fröhligkeit, einen weniger sanften Schlaf, eine Schwere und Erstarrung in allen Gliedern; fährt er fort sich

einzuschließen, so nehmen alle diese Zufälle zu, und werden der Saame zu allen den Uebeln, die ich beschrieben habe; ein zwey oder dreystündiger Spatziergang auf dem Felde zerstreuet sie gänzlich und rufet die Heiterkeit, Lebhaftigkeit und Stärke wieder zurück. Die Gelehrten sind von den Einflüssen des Leibes auf die Seele nicht hinlänglich überzeugt, ob sie gleich die größten Männer sehr wohl gekannt (*) und gewußt haben, daß der Geist der Arzneykunst eben so unterworfen ist, als der Körper. Die Seele sagte Descartes, hängt dermaßen von dem Temperamente und von der Einrichtung der Werkzeuge des Leibes ab, daß, wenn man ein Mittel finden könnte, unsern Scharfsinn zu vermehren, man solches in der Arzneykunst suchen müßte (**). Was Descartes voraus sah, hat Herr Hoffmann wahr gemacht; und dieser große Practikus sagt aus-

(*) Man findet hievon eine merkwürdige Stelle in dem Moses Maimonides, dem ältesten arabischen Arzte: Weil die Gesundheit, sagt er, zu der „Erkenntniß und zur Verehrung der Gottheit viel „beyträgt, der Kranke Mensch aber, die Werke des„selben nicht würdig betrachten kann: so muß er „sorgfältig alles vermeiden, was seinem Leibe scha„den kann, und hingegen alles suchen, was seine „Gesundheit zu erhalten und zu vermehren im „Stand ist

(**) De Methodo No. 6

ausdrücklich, daß er dumme Leute gekannt, denen er Verstand gegeben habe, indem er ihnen verordnet hätte, sich Bewegung zu machen (*). Alle Gelehrten sollten sich das Gesetz auflegen, täglich wenigstens eine, oder zwo Stunden der Leibesübung zu widmen; und Herr Boerhaave wollte es vor dem Mittagsessen gethan wissen. Das bloße Spatzierengehen hat seine Vortheile, allein, es ist nicht hinreichend, und ich kann nicht zu sehr empfehlen, oft zu reiten; diese Bewegung ist sehr vortrefflich für den Kopf, für die Brust, und vornehmlich für die Eingeweide des Unterleibes, worinne es den Verstopfungen zuvorkömmt und sie zerstreuet, welches, wie man bereits gesehen hat, eine gewöhnliche Krankheit viel sitzender Personen ist. Ich wollte auch, daß unser Jahrhundert, und unsere Nachkommenschaft den Gelehrten den Dank schuldig seyn möchte, jene verschiedene Leibesübungen zurückgerufen zu haben, welche sich die Alten einigermaßen zur Pflicht machten, denen sich noch unsre Vorfahren mit dem glücklichsten Erfolge überließen, und welche wir seit zwey oder drey Menschengeschlechtern so sehr verabsäumen, daß in einigen Jahren ihre Namen wahrscheinlicher Weise nur noch in den Wörterbüchern stehen werden. Die Geschicht, die ihnen bekannt seyn muß, liefert ihnen eine Menge Beyspiele von den guten Wirkungen der Leibesübung. Herodicus,

(*) De motu optim corpor. medicin. §. 9.

dicus, ein berühmter Arzt und Lehrmeister des Hippocrates, der zuerst aus der Gymnastik, oder der Kunst der Leibesübungen einen Zweig der Heilungskunst gemacht hat, stellete dadurch seine eigene Gesundheit wieder her, und erreichte der Schwachheit seiner Leibesbeschaffenheit ungeachtet, ein Alter von hundert Jahren: und wenn er ja den Gebrauch desselben bey seinen Kranken bisweilen zu weit trieb, so kömmt dieses daher, weil man sich allemal von nützlichen Entdeckungen zu sehr einnehmen läßt, und nicht sogleich alle Vortheile und Gefahren davon kennet (*). Strato, der von einer Krankheit im Milz, angegriffen wurde, welches eine von dem Gelehrten ihren ist, wurde durch nichts anders, als durch die Bewegung davon geheilet (**). Hismonäus befreyete sich durch eben dieses Mittel von einer Nervenschwachheit. Galenus, der bis in ein Alter von etliche dreyßig Jahren schwach war, erzählt uns selbst, daß er seine Gesundheit nicht anders hätte wieder herstellen können, als daß er täglich einige Stunden

(*) Herodicus war ein Bruder des berühmten Redners Gorgias von Leontium, der ein Alter von hundert und sieben Jahren erreichte, und der ohne Zweifel den Rathschlägen seines Bruders folgte.

(**) Es giebt einige Fürsten und verschiedene große Männer dieses Namens, dieser ist Strato von Lampsacus mit dem Zunamen der Physiker.

den der Bewegung aufgeopfert hätte. Socrates (*) und Agesilaus, welche mit ihren Kindern auf einem Steckenpferde reiten, der Oberpriester Scävola, Scipio, Lälius, indem sie mit dem Wurfsteine spielen, und am Ufer des Meeres Butterbrod werfen, um sich von ihren Arbeiten zu erholen, und dadurch ihre Gesundheit, ihre Munterkeit und ihre Kräfte zu erhalten, scheinen mir Beyspiele zu seyn, die man unsern berühmtesten Gelehrten vorlegen kann, ohne zu befürchten, ihren Stolz dadurch zu verletzen, und mit einiger Hoffnung, daß sie ihnen nachzuahmen sich nicht entgegen seyn lassen werden. Es ist zum Erstaunen, sagte der jüngere Plinius, wie sehr die Bewegung und die Uebung des Leibes die Thätigkeit des Geistes vermehren.

Die Schiffarth ist eine Bewegung, die man nicht allen Gelehrten anrathen kann: die meistend sind nicht im Stande, sich solche zu verschaffen; allein, es ist ein vortreffliches Mittel, den verstopften Eingeweiden Luft zu machen, die Galle zu zerstreuen, die Ausdünstung wieder herzustellen, alle Ausleerungen zu befördern; welche Vortheile diejenigen nicht verabsäumen sollten, die sie sich zu verschaffen im Stande wären. Die Alten kannten alle Vortheile der-

 selben

(*) Arundine equitavit ipse *Socrates*. *Valer. Maxim.* l. 8. c. 8.

selben (*), und Octavius, Augustus, der ein Gelehrter war, und alle Schwachheiten derselben hatte, zog dieses Fuhrwerk allen andern vor (**). Er fieng, sagt sein Geschichtschrei„ber, frühzeitig und sehr begierig an, die Be„redsamkeit und die schönen Künste zu studiren; „er hatte sehr große Krankheiten, er war den „Flüssen und dem Schnupfen unterworfen, und „wurde vom Steine und von einer Entzündung „der Eingeweide angegriffen (***)„. Allein, wenn er ja die Schwachheiten auszustehen hatte, welche die Wissenschaften hervorbringen, so war er doch klüger als die Gelehrten, und wußte für seine Gesundheit die gehörige Sorge zu tragen, daher er auch ein schönes Alter erlebte. Die Bewegung, die man sich in einer gut in Riemen hängenden Kutsche macht, und die auf einem schönen geraden Wege gehet, ist fast gar keine Bewegung; so wenig als die, welche man den Kranken, die nicht auszugehen im Stande sind, durch

(*) Herr Gilghrist, ein berühmter schottländischer Arzt, hat alle die guten Wirkungen der Schiffahrt, bey verschiedenen sehr schweren Krankheiten, durch eine Reihe von Beobachtungen, in einem kleinen Werke gezeiget, welches den Titel führet: On se a voyage.

(**) Si quo mari pervenire posset. potius navigabat. *Sueton.*

(***) In Vit. Oct. Aug. Cap. 82.

durch verschiedene darzu erfundene Maschinen macht. Dieses sind schwache Hülfsmittel, wenn man es nicht ändern kann; allein, die Gelehrten können es allezeit viel besser haben, wenn sie nicht zu lange warten.

Die Leibesübung, worauf ich am meisten halte, und, die sich für die Gelehrten am besten schicken, sind diejenigen, welche alle Theile des Leibes in Bewegung setzen, als das Ballspiel, der Volant, das Billart, das Maillenspiel, die Jagd, die Kegel, die Kugel; allein, sie sind unglücklicher Weise in einen so großen Miscredit gerathen, daß sich an vielen Orten, die, so man hübsche Leute nennet, bey nahe schämen, solche zu spielen, und wollen nicht einsehen, daß die Abschaffung dieser so nützlichen Vergnügungen eine von den Hauptursachen von der Vermehrung der schleichenden Krankheiten ist. Es wäre sehr zu wünschen, daß man sie wenigstens an den Oertern wieder einführte, die man gegenwärtig so häufig zur Erziehung und zum Unterrichte der Jugend anlegt; und daß die Gymnastik, wie ehemals, ein Gegenstand der Sorgfalt der Aufseher und des Zeitvertreibs der jungen Leute würde; unter diesem allgemeinen Worte verstehe ich auch die jungen Personen des schönen Geschlechts, deren sitzendes Leben ihre Gesundheit, und ich möchte bald auch sagen, das Glück der Gesellschaft zu Grunde richtet.

§. 55.

Da die Gelehrten sehr eifrig ihre Unthätigkeit zu vertheidigen suchen, so werden sie sich mit dem Beyspiele einer kleinen Anzahl Menschen schützen wollen, welche ihre Gesundheit bis in ein hohes Alter ohne Leibesübung erhalten haben; deßgleichen mit dem Beyspiele der Weiber, wiewohl sehr zur Unzeit, wie man eben gesehen hat; desgleichen auch mit dem Beyspiele vieler Handwerksleute, welche viel sitzen; allein, sie betrügen sich schrecklich, und die Fälle, welche sie anführen, sind den ihrigen gar nicht gleich.

Wenn es ja verschiedene Weiber giebt, denn unglücklicher Weise geht dieses nicht die große Menge an, die sich so ziemlich wohl befinden, ohne daß sie sich fast die geringste Bewegung machen, so kömmt es daher, daß sie andere Hülfsmittel haben, welche den Umlauf befördern, und deren die Gelehrten beraubt sind. Die Natur hat sie zu angenehmern Empfindung fähiger gemacht; sie sind von Natur mehr lustig, sie schwatzen mehr, und dieses Geschwätz selbst ist eine Art von Leibesübung, welche ihnen, so viel sie solches nöthig haben, hinreichend seyn kann; sie essen meistentheils weniger; sie erschöpfen sich nicht durch das Nachdenken, welches die Gelehrten ins Grab stürzet: ihr Schlaf wird nicht in der Nacht durch die wider ihren Willen erfolgende Fortsetzung der lebhaften Begriffe,

welche

welche sie am Tage beschäfftiget haben, verhindert; tausend kleine Begebenheiten der Gesellschaft, welche ein Mann, der in seinen Arbeiten vertieft ist, nicht einmal gewahr wird, sind für sie Gegenstände, die wichtig genug sind, die Leidenschaften in dem Grade zu bewegen, der zur Beförderung des Umlaufs, ohne die Werkzeuge zu beschweren, nöthig ist. Wenn man Männer findet, die in der großen Welt leben und alt werden, und sich ihrer Unthätigkeit ungeachtet wohl befinden, so wird man fast jederzeit, wenn man sie genauer untersuchet, entdecken, daß sie eben die Vortheile gehabt haben, welche, wie ich eben gezeigt habe, die Weiber genießen.

Was nun die Handwerksleute anlanget, welche bey ihrer Lebensart viel sitzen müssen, so mögen sich die Gelehrten ja in Acht nehmen, daß sie sich nicht irren: ihr Fall ist von jener ihren weit unterschieden. Sie haben nur eine einzige Sache mit ihnen gemein, diese ist, daß sie nicht so oft den Platz verändern, als es zu wünschen wäre; allein, auch hierinne ist schon ein großer Unterschied zwischen ihnen, weil der Gelehrte alle Tage in seinem ganzen Leben sitzt, der Künstler aber sich für das sitzende Leben, welches er die Werkeltage über führet, durch die Bewegung wieder schadlos hält, die er sich an den Sonn- und Festtagen macht, welches in einem Theile von Europa etwas mehr als den siebenten Theil des Jahres beträgt, und in dem übrigen Theile mehr als den sechsten. Der Unterschied

schied ist in aller Absicht überaus groß; denn ob gleich der Handwerksmann seinen Platz nicht verändert, so ist doch bey ihm jederzeit ein Theil seines Körpers in Bewegung, und diese Bewegung ist bey einigen Künsten so stark, daß sie beschwerlich fällt und sehr ermüdet, ob man gleich immer dabey sitzt; bey allen ersetzt die Fortsetzung, was ihr an der Größe abgeht, und am Ende des Tages ist die Summe ihrer Thätigkeit, ob sie gleich bey vielen zur Erhaltung ihrer Gesundheit sehr unzureichend ist, viel größer, als vieler Gelehrten ihre. Und wenn übrigens der Künstler durch eine hinlängliche Bewegung die Thätigkeit der Nerven nicht vermehret, so nutzt er wenigstens durch das Studiren auch nicht ab; seine Arbeit verschafft ihm den Schlaf, des Gelehrten seine hingegen vertreibt ihn; das Nachdenken nach der Mahlzeit störet seine Verdauung nicht; seine Lebensart ist viel einfacher; seine Munterkeit, sein Singen erhält ihn; alles ist wider den Gelehrten (*).

§. 56.

(*) Ich will nicht sagen, daß die Unthätigkeit vielen Künstlern nicht schädlich sey; ich weis, daß alle Künste ihre Beschwerlichkeiten haben, und vielleicht ist die Lebensart des Bauers die einzige, welche der Gesundheit nicht zuwider ist; sondern ich will nur beweisen, daß die Unthätigkeit der Gelehrten vollkommner, und mit traurigern Umständen begleitet ist, als der sitzenden Künstler ihre. Die Krankheiten dieser Gattung von Menschen hängen

von

§. 56.

So nöthig ihnen aber die Bewegung ist, so müssen sie jedoch einige Behutsamkeit anwenden, um zu vermeiden, daß sie ihnen durch den Misbrauch nicht schädlich werden. Die erste ist, daß sie sich niemals eine außerordentlich starke Leibesübung erlauben, welche sie entkräfte, anstatt ihnen wohlzuthun, und ihnen ihre Kräfte wiederzugeben. Und da sie nur allzu geneigt sind, auf Extremitäten zu verfallen, so gehen sie bisweilen von der größten Unthätigkeit zu dem thätigsten Leben über, und bilden sich ein, daß eine starke Leibesübung von einigen Tagen dasjenige ersetzen werde, was sie seit langer Zeit unterlassen haben. Allein, hierinne betriegen sie sich gar sehr; denn dadurch nutzen sie nicht nur ihre Kräfte ab, so, daß sie nachher viel matter sind, sondern sie laufen auch Gefahr, einige von ihren Gefäßen, die ohnedem sehr schwach sind, zu zerreißen, wenn sie die Bewegung auf einmal zu sehr vermehren. Sie bekommen Nasenbluten, Blutspeyen, und sogar Blutstürze,

wie

von vier Hauptursachen ab; und diese sind: 1) der Mangel einer hinlänglichen Bewegung und der freyen Luft; 2) die oft ungesunden Wohnungen, in denen sie sich aufhalten; 3) die Materien, welche sie bearbeiten, und die, so sie darzu gebrauchen: 4) die Ermüdung gewisser Theile des Leibes, welche die ganze Beschwerlichkeit ihrer Kunst zu ertragen haben.

wie ich solches bisweilen gesehen habe. Auch hat Seneca recht gehabt, von den Leibesübungen, die sich für die Gelehrten schicken, diejenigen auszuschließen, welche die Lebensgeister erschöpfen (*), und Zomobo Piso, ein italiänischer Arzt, der zu unsern Zeiten wider den Umlauf des Blutes geschrieben hat, glaubt aus eben dem Grunde, daß ein Mensch, der seinen Leib zu sehr abmattete, nicht fähig wäre, bey seinen Geschäfften die nöthige Aufmerksamkeit anzuwenden.

Eine andre Vorsichtigkeit ist, daß man sich nicht sogleich wieder anstrenge, wenn man sich eine Bewegung gemacht hat, und dieses zwar verschiedner Ursachen wegen. Die erste ist, daß man alsdann die Ruhe nöthig hat; und die Thätigkeit der Seele ist keine Ruhe für den abgematteten Körper, wie es die Thätigkeit des Leibes für den Geist ist: die zweyte ist, daß indem der Umlauf durch die Bewegung vermehret, und das Gehirn selbst durch diese Vermehrung der Bewegung in Erschütterung gesetzt wird, und daher gar nicht im Stande ist, einer Reihe von Begriffen zu folgen, deren Deutlichkeit von der Ruhe und der Ordnung der Oscillationen

(*) Nam exercitationes, quarum labor spiritus exhaurit, hominem inhabilem intentioni ac studiis acrioribus reddit. *Epist.* 15.

(**) De regimine magnor. auxilior. p.278.

lationen abhängt (*). Es ist ohne Zweifel kein Gelehrter, der sich nicht durch einige Umstände genöthiget gesehen, sich nach einer Bewegung zu beschäfftigen, die stark genug gewesen ist, seinen Puls stärker zu machen, und dabey nicht eine Art von Zittern und leichter Bewegung in seinem Kopfe wahrgenommen haben sollte, welche ihm zu viel Begriffe, aber ohne die gehörige Deutlichkeit gegeben hat.

Es ist drittens sehr wichtig, daß man sich gleich nach der Mahlzeit keine allzu starke Leibesübung macht: Die Verdauung ist weder eine Gährung noch eine Auflösung, noch auch eine Zermalmung; sondern es ist eine Wirkung, die von allen dreyen etwas hat, und welche Ruhe erfordert. Sie hat die Thätigkeit der Nerven nöthig, wie ich solches bereits gesagt habe, und sie leidet, wenn eine starke Leibesübung die Nerven anderswo braucht. Die Speisen dörfen nicht immer in dem Magen hin und her geworfen werden, weil dieses Rütteln, die Wirkung der angefangenen Verdauung alle Augenblicke hindert: und dieses ist die Ursache, warum das Traben zu Pferde unter allen Bewegungen, die man

(*) S. Dissert. *Platneri* de negotiosa actione propter valetudinem circumcidenda. Diese vortreffliche Abhandlung, die voller nützlicher Sachen und mit vieler Zierlichkeit geschrieben ist, ist für alle Aerzte ein sehr kostbares Stück.

man sich nach der Mahlzeit macht, die Verdauung am meisten hindert.

Wenn man endlich lange Zeit in der Unthätigkeit gewesen ist, so kann man leicht denken, daß die ersten Leibesübungen beschwerlich seyn, und mehr Uebels als Gutes zu thun scheinen werden: allein, man muß sich nicht abschrecken lassen; wenn man durch sehr mäßige Bewegungen anfängt, so wird man diese Beschwerlichkeiten vermeiden; und wenn man sich nach und nach vermehret, so wird man sich ohne Beschwerlichkeit, und mit dem besten Erfolge viel Bewegung machen können.

§. 57.

Wenn die Gelehrten ihr Studiren einschränken, und sich mehr Bewegung machen werden, so werden sie die meisten Uebel vermeiden, die sie sich selbst zuziehen: allein, da man nicht hoffen kann, daß sie hierinne den Rathschlägen folgen, die man ihnen giebt: so ist es sehr nöthig, ihnen eine Diät anzuzeigen, welche die Ursachen ihrer Schwachheiten wenigstens nicht vermehre, sondern vielmehr zu ihrer Verminderung etwas beytrage (*). Man findet

(*) Wahr ists, daß ein unermüdeter Gelehrter, wenn er bey seinem Studiren mäßig, unschuldig und ordentlich lebt, die Beschwerlichkeiten seiner Lebensart sehr erträglich machen kann. *Felici* Dissertat. a. d. 203. S.

findet in dem Hippocrates eine allgemeine Regel, welche den Gelehrten so wohl als allen andern Menschen, die Quantität der Speisen vorschreibet, die sie zu sich nehmen sollen. Die Speisen, sagt er, müssen mit der Arbeit in einem Verhältnisse stehen (*); denn, setzt er anderswo hinzu, wenn die Kräfte des Körpers die Speisen übertreffen, das ist, wenn man sie verdauet, so nähren sie und geben dem Körper Stärke: wenn aber die Kraft der Speisen die Kräfte des Körpers übertrifft, das ist, wenn sie der Magen nicht verdauen kann, so bringen sie einen Haufen Beschwerlichkeiten hervor (**) Plutarch besteht zur Erhaltung der Gesundheit sehr auf diesem wechselweisen Verhältnisse, zwischen der Bewegung und der Quantität der Speisen; und man wird die Wichtigkeit davon leicht einsehen, wenn man sich einer Wahrheit erinnert, die ich bereits festgesetzt habe, daß nämlich die Thätigkeit der verschiedenen Werkzeuge den Saft, der unsern Feuchtigkeiten ähnlich ist, aus den Speisen ziehet, und ihn in unsre eigne Substanz verwandelt. Wenn diese Werkzeuge, unter welchen der Magen das wichtigste ist, zu schwach sind, auf eine große Quantität Speisen, oder auf Speisen, die schwer zu verdauen sind, zu

H wir-

(*) Ως ο πονος εςι και η τροφη.

(**) De locis in homine, *Foes* a. d. 421. u. f. S.

wirken, so verfaulen sie anstatt in unsre Substanz verwandelt zu werden, wie ich solches bereits im §. 21. gesagt habe, indem sie ihrer eigenen Disposition zu dieser oder jener Art von Verwesung folgen, und sie bleiben ein fremder Körper, welcher reizet und nicht nähret. Diese Kräfte muß also ein jeder in Erwägung ziehen: und es sind so viel Ursachen, welche sich vereinigen, sie bey den meisten Gelehrten zu vernichten, daß sie sich nicht schmäucheln können, sie lange zu erhalten. Und gesetzt auch, sie verdauen gut, so müssen sie doch denken, daß sie wenig ausdünsten, und daß ihnen bloß deswegen die Mäßigkeit nöthig ist, um den Zufällen zuvorkommen, wovon ich im §. 24. geredet habe. Sie vergleichen sich einmal mit einem starken Bauer, und urtheilen nachgehends, ob ihre Diät dieselbe seyn könne. Einer, der beständig in der freyen Luft und in Bewegung ist, ist immer lustig, er ermüdet sich niemals durch Nachdenken, genießt einen regelmäßigen und gesunden Schlaf, und alle Absonderungen gehen ordentlich von statten, daher ist er auch beständig in einem vollkommenen Gesundheitszustande; die härtesten Speisen sind für ihn nicht zu beschwerlich, weil er alles hat, was zur Verdauung nöthig ist. Seine guten Zähne machen erstlich eine gute Käuung, welche die meisten Gelehrten kaum kennen, indem sie fast alles hinunterschlucken, ohne es zu kauen; der Speichel, die verdauenden Säfte des Magens, der

Krösdrüsensaft, die Galle, die Feuchtigkeiten der Eingeweide haben ihren größten Grad der Vollkommenheiten, weil die Werkzeuge, welche sie absondern, gesund sind; die Muskeln-Fibern des Magens und der Gedärme wirken kräftig, keine einzige Verrichtung ist matt; die Excremente werden ausgeleeret, der Nahrungssaft geht ungehindert in die Blutgefäße, welche gar bald ein reines Blut daraus machen, wovon der Ueberfluß durch den Urin und durch die Ausdünstung ausgeleeret wird, und der Körper bleibt in einem vollkommenen Gleichgewichte. Giebt man einem starken Arbeitsmanne eine leichte Brühe, Leckerspeisen, Gallerte, Hühnerfleisch, weiß Brod; so wird er in kurzem alles verdauet haben; es wird ihn hungern, er wird über und über schwitzen, und in Ohnmacht fallen, wenn man ihm nicht geschwind Speck, geräuchert Fleisch, Käse, schwarz Brod giebt. Wollte sich ein Mensch von einer schwachen Leibesbeschaffenheit einfallen lassen; von diesen Speisen zu leben, so würde er heftige Schmerzen im Magen, oder noch schrecklichere Wehen, als der Schmerz ist, fühlen; er wird eine starke Unverdaulichkeit bekommen, diese verdorbenen Speisen werden eine Art von Gift werden, der die traurigsten Folgen hervorbringen wird. Herr Boerhaave hat sie vor dieser Gefahr gewarnet: „ Es giebt gefräßige Gelehrte, sagt er, „ welche eben das zu essen sich unterstehen, was „ die Landleute essen; allein sie können diese Spei-

„sen nicht verdauen: sie müssen daher entweder
„dem Studiren entsagen, oder eine andre Diät
„erwählen, sonst werden lange und schreckliche
„Verstopfungen in den Eingeweiden die Frucht
„ihres unüberlegten Betragens seyn (*).“

§. 58.

Die Aufmerksamkeit der Gelehrten muß auf die Wahl der Speisen, und auf ihre Quantität gehen. Die Fehler sind in beyder Absicht traurig: allein ich fürchte nicht zu sagen, daß, wenn man etweder in der Wahl, oder in der Quantität verstoßen müßte, es noch besser wäre, übel zu wählen, (und man kann bisweilen darzu gezwungen seyn) als zu viel zu sich zu nehmen, welches niemals nothwendig seyn kann.

Ich bin nicht willens, alle nützliche oder schädliche Speisen insbesondere anzuführen: ich werde mich begnügen, die allgemeinen Klassen derjenigen zu zeigen, welche man vermeiden muß, und derjenigen, die man sich erlauben kann.

Die nachtheiligen sind

1) Alle fetten Speisen. Sie vermehren die Schlaffheit der Fibern des Magens; vermindern die schon zu schwache Wirkung des Speichels, der Dauungssäfte, der Galle, und der Feuchtigkeiten in den Gedärmen: verursachen durch

(*) Prælect ad Instit. §. 1036. p. 357.

durch ihre langsame Verdauung eine Beschwerlichkeit im Magen, und werden, wenn sie darinne verderben, erstlich sauer, nachgehends ranzig; und verursachen in diesen Theilen die heftigsten Reizungen.

2) Alle diejenigen, welche zäh, teigicht, schleimicht sind, wirken beynahe wie die fetten. Diese beyden Klassen enthalten den fetten Teig, das Buttergebackene, den Pfannkuchen, die Sahne, die Füße von Thieren, u. s. w.

3) Die, so viel Luft in sich haben, welche, wenn sie sich entwickelt, und durch die schwachen Werkzeuge nicht genug zusammen gehalten, noch ausgetheilet wird, so wie sie sich entwickelt, starke Blähungen hervorbringt, welche jederzeit mit einer unangenehmen Empfindung im ganzen Leibe, und vornehmlich mit einer Schwere im Kopfe begleitet sind, welche die Verrichtungen desselben störet. Dieser Eigenschaft wegen haben die Alten den Gebrauch der Hülsenfrüchte widerrathen, und Pythagoras, der außerdem ein so großer Anhänger der vegetabilischen Speisen war, verboth seinen Schülern vornehmlich Bohnen zu essen (*).

(*) Die Luft, welche sich aus den Speisen entwickelt, ist eine der größten Triebfedern der Verdauung, man würde

4) Das Fleisch, so von Natur hart ist, oder durch Räuchern und einsalzen härter geworden, auf welches die schwachen verdauenden Kräfte zu langsam wirken, welches zu lange im Magen bleibt, reizt anfänglich durch sein Gewicht, und durch seine Schärfe, verderbt, indem

würde nicht lange von Speisen leben können, woraus man die Luft gezogen hätte; allein diese Luft, die so nützlich und so nothwendig ist, wenn die Werkzeuge im guten Stande sind, weil sie weniger daraus entwickelt, weil sie sich nach und nach entwickelt, weil sie regieret, und von neuem gebraucht wird, so wie sie sich durch die Wirkung des Magens und der Gedärme entwickelt, schadet, wenn die Verdauung schwach ist, weil die Quantität der Luft, welche sie entwickelt, wenn die Speisen, wie man bereits gesehen hat fast mehr verdorben als verdauet werden, viel stärker ist; weil der Fortgang der Speisen schlecht von statten geht, und also lange im Magen bleiben, daher dieses Werkzeug mit einer Quantität Luft überladen ist, welche in dem ganzen Canale der Eingeweide hätte vertheilet werden sollen; weil endlich diese Luft, die stärker als die Werkzeuge ist, wenn man mir diesen Ausdruck erlauben will, davon nicht regieret wird, sondern sich häufet, und indem sie in jedem Augenblicke durch die Hitze verdünnet wird, erschrecklich blähet, und dadurch große Schmerzen verursachet, die Verdauung störet, und indem sie alle Eingeweide des Unterleibes zusammendrückt, die Verrichtungen derselben hindert, bisweilen auch so gar Entzündungen darinnen anrichtet.

indem es sich darinne aufhält, und reizt nachgehends durch diese Fäulung.

5) Alles, was entweder sehr scharf ist, und man hat gesehen, daß die Gelehrten der Schärfe sehr unterworfen sind, oder das durch eine andre Art von Schärfe zu sehr reizet, welches die zarten und beweglichen Nerven nicht ertragen können.

§. 59.

Zuträgliche Speisen sind,

1) Das zarte Fleisch junger Thiere, welches man gemeiniglich auf den Tisch zu bringen pflegt, ausgenommen Schweinefleisch, Gänse und Enten.

2) Die Fische mit Schuppen, welche ein zartes und derbes Fleisch haben, es mögen Meer- Fluß- oder Seefische seyn.

3) Die Körner, als die verschiedenen Arten von Weizen: Roggen, Gerste, Reis, Hafer: man darf auch nicht glauben, daß alle Hülsenfrüchte schädlich sind, und ob sie gleich mehr Luft in sich haben, als die andern, so habe ich doch nicht gesehen, daß der mäßige Gebrauch derselben den Personen geschadet hätte, deren Magen noch nicht ganz verderben war. Alle diese Körner, wovon einige zu Grüze gemacht werden, dienen zu den verschiedenen Suppen, die unter dem Namen der Mehlsuppen bekannt sind, welche entweder mit Wasser oder

mit Fleischbrühe, nach Beschaffenheit der Umstände, ein nahrhaftes Nahrungsmittel sind, das leicht zu verdauen ist, und dessen man sich in verschiedenen Fällen mit gutem Erfolge bedienet.

Der Weizen und der Roggen geben das Brod, wovon ich weiter unten reden werde.

4) Die Kräuter, die weder zu ausdehnend, noch zu säuerlich sind; die besten unter allen sind die verschiedenen Arten von Wegewart.

5) Die meisten von den gewöhnlichen Wurzeln, welche durch ihren mehlichten Theil wie die Körner nähren, und fast alle einen sehr süßen Zucker bey sich haben, welches eine Mischung von Oel und Salze ist, wovon die Wirkungen sehr vortheilhaft sind (*).

6) Das Brod, welches der allgemeine Grund der Nahrung bey allen civilisirten Völkern ist, und wovon man bey den meisten Völkern etwas findet, das ihm gleich ist.

7) Die Eyer. 8) Die Milch. 9) Die Früchte. Allein der Gebrauch dieser Speisen selbst kann

(*) Alle Wurzeln, wovon man in der Küche Gebrauch macht, und ohne Zweifel viel andere sind mit einem vortrefflichen Zucker angefüllet, der gar nicht geringer ist, als der, aus dem Zuckerrohre, und den man sehr leicht herausziehen kann; acht Unzen Möhrensaft geben anderhalb Unze Zucker. Margraf. Mem. de l' Academie de Berlin.

kann durch einige Anmerkungen, welche hier anzubringen sehr nützlich seyn wird, heilsamer und gesunder gemacht werden.

§. 60.

Was das zarte Fleisch anlanget, so muß man solches gebraten, oder in sehr wenig Wasser gekocht essen: kocht man es in viel Brühe, so gehen alle nahrhafte Theile in die Brühe über, und das Fleisch bleibt nichts als eine trockne Fiber, die zu stärken ganz unfähig ist. Das weiche Rindfleisch, gut Kalbfleisch, Fleisch von Hammeln, die an trocknen Oertern geweidet haben, Hühner, junge Hühner, Kapaune, gemästete Hühner, wenn sie nur nicht zu fett sind, Kalecune, Tauben, Rebhüner, Lerchen, sind das Fleisch, das für zarte Personen am besten ist, und worauf sie sich vielleicht alleine einschränken sollten.

Die Fische ohne Schuppen, die aus Teichen, desgleichen die, so zu fett, nicht sonderlich derb und schleimicht sind, geben eine üble Nahrung und man muß sie vermeiden. Der Fisch ist niemals gesünder, als wenn er in Wasser gekocht wird.

Die Eyer, ganz frisch und roh, oder sehr wenig in der Schale gekocht, sind eine gelinde Speise, welche nicht reizet, die gut nähret, und die sich leicht verdauen läßt: allein wenn sie nicht recht frisch sind, so sind sie schädlich; sind sie hart,

so sind sie sehr schwer zu verdauen. Es ist eine der besten Speisen für Personen, so der Schärfe unterworfen sind: diejenigen, welche die Eyer nicht ganz verdauen können, befinden sich oft sehr wohl, wenn sie nur das Weise nehmen, welches viel leichter zu verdauen ist, und schwache Personen sehr stärket(*).

Die Milch, welche das gelindeste Nahrungsmittel ist, und das sich auch am leichtesten verdauen läßt, ist ebenfalls sehr gut für die Gelehrten, wenn sie noch nicht von der Schärfe gelitten haben, und wenn sie sie nicht mit andern Speisen genießen, welche sie entweder verderben, oder, wenn sie schwer zu verdauen sind, zu lange im Magen zurückhalten. Wenn man es recht machen will, so muß man sie entweder alleine, oder nur mit ein wenig Brode zu einer

Zeit

(*) Wenn es auch die Erfahrung nicht lehrete, so hätte man es doch schliessen können, da das Weiße die erste Nahrung des Küchleins ist, und da ihm das Gelbe nur erst die letzten Tage dienet. Und wenn man den Berichten einiger Reisenden Glauben beymessen darf, so dient das Gelbe vom Ey des Tavon, welches eine Art einer Wasserhenne in den philippischen Inseln ist, niemals zur Nahrung des kleinen Thieres; und wenn es auskriecht, so ist das Gelbe noch ganz in der Schale: allein wie soll man diese Beobachtung mit denen vereinigen, welche unwidersprechlich darthun, daß das Gelbe ein Theil des Thieres selbst ist?

Zeit genießen; da die Verdauung der andern Speisen ganz geendiget ist.

Der Milch kann man die Chocolade an die Seite setzen, welche man eher unter die Speisen, als unter die Gedränke rechnen sollte; es ist der abgekochte Trank einer Bohne, die zween Theile enthält, ein süßes nahrhaftes, leicht zu verdauendes Mehl, und ein fettes, bitteres, durchdringendes Oel. Diese Mischung macht eine Nahrung, welche die Kräfte leicht wieder ersetzt, und stärket, die man aber doch nicht misbrauchen muß. Der Cacao nähret die sanguinischen Personen zu sehr, er vermehret das Blut, er erhitzet sie: als ein fettes Nahrungsmittel verursacht er bisweilen eine Schwere im Magen; er läßt sich schwer verdauen, er benimmt die Lust zum Essen, er macht hartleibig, und überhaupt ist er nicht gut zu gebrauchen, wenn schon Verstopfungen da sind; außerdem säuert er auch. Der Zusatz des Zuckers macht ihn verdaulicher: allein die Gewürze, und darunter vornehmlich die Vanille und der Ambra machen ihn vielen Personen unerträglich, und allen denen schädlich, welche hitzig sind, und bey denen das Blut leicht in Kopf steigt.

§. 61.

Die Früchte, welche man durchgängig am meisten genießt, sind die Kirschen, die Erdbeeren, die Himbeeren, die Johannisbeeren, die Maulbeeren, die verschiednen Arten von Pflaumen

men und Pfersichen, die saftigen Birnen, die Apricosen, die Weintrauben; alle sind nicht gleich gesund; die Kirschen, die Maulbeeren, die saftigen Birnen sind die, so mir den Vorzug zu verdienen scheinen, und ihre schlaffmachende und der Säure fähige Eigenschaft könnte machen, daß man glaubte, sie wären den Gelehrten nicht allzudienlich, welchen ich auch in der That keinen allzuhäufigen und fortgesetzten Gebrauch davon anrathen wollte. Allein da man in der Erzählung der Uebel, denen man sich durch das Studiren aussetzt, gesehen hat, daß eins der grausamsten die Stockung und die Verdickung der Galle war, so sind diese Früchte das geschickteste Mittel von der Welt, ihr zuvor zu kommen, und sie zu heilen; ihr Saft, der unter allen seifenartigen Säften der gelindeste, der schmelzbarste, der angenehmste ist, und der allein nähret und stärket, erhält der Galle ihre Flüßigkeit, vertreibt die Verstopfungen, treibet die nachläßigen Gedärme an, heilet die Schwermuth, welche von den Verstopfungen des Unterleibes herrührt, und ist bey der Gelehrten ihren, wovon ich im 44 §. geredet habe, sehr gut, welche hitzigen Fiebern ausgesetzt sind, oder auch denen, die in schleichende Fieber verfallen, die von der Auszehrung, oder von der faulen Schärfe der Säfte herrühren; vornemlich aber sind sie das wahre Mittel wider die Krankheiten, die ich im §. 23. angezeiget habe, und welche von der verdorbenen Galle herrühren. Man muß

sie vermeiden, wenn man der Schärfe unterworfen ist, wenn der Magen und die Gedärme nebst dem ganzen Leibe schlaff sind, wenn das Blut zu dünne, und die Kräfte erschöpft sind. Selbst die Personen, denen sie gut sind, vornehmlich die Gelehrten, deren Magen jederzeit geschonet werden muß, werden sich viel besser befinden, wenn sie solche außer der Mahlzeit genießen, wenn der Magen leer ist, als am Ende der Mahlzeit, oder wenn sie solche alleine oder mit etwas Brod zu sich nehmen, als wenn sie sie mit andern Speisen vermischen, und vornehmlich, wenn sie bloß Wasser darauf trinken, weil sie sich dabey am besten verdauen lassen, der Wein hingegen sie hart und sauer macht.

§. 62.

In der Wahl der Speisen sind gewisse Vorsichten nöthig, die durch allgemeine Regeln nicht können vorgeschrieben werden, sondern die ein jeder entdecken muß, indem er beobachtet, was ihm gut ist, oder was ihn beschweret. Bey einigen Personen wird das Fleisch leichter verdauet als die Hülsenfrüchte, welche ihnen an der Herzgrube eine unangenehme Empfindung machen, daher sie den Gebrauch derselben sehr einschränken müßen: andre hingegen befinden sich sehr wohl dabey, und viel besser als bey dem Fleische, wovon ihnen ein etwas starker Gebrauch Angst, Schlaflosigkeit, Traurigkeit, und das Fieber verursacht. Ueberhaupt zieht man die

Hülsenfrüchte zur Nahrung der Gelehrten vor: Plutarch will nicht einmal, daß sie Fleisch essen, dessen Gebrauch, wie er sagt, den Verstand vermindert. Man kann, um dieses System geltend zu machen, das Beyspiel verschiedener Philosophen anführen, die ihres großen Verstandes und ihrer weitläuftigen Kenntnisse wegen berühmt sind, welche ganz und gar keines geessen haben, als Zeno, Plotinus, Chrisantus. Der verstorbene Herr Cocchi, ein berühmter florentinischer Arzt, hat über diese Materie eine sehr wichtige Abhandlung geschrieben (*): allein ich glaube jedoch anzeigen zu müssen, daß es ein gefährlicher Misbrauch wäre, wenn man die Gelehrten bloß Vegetabilien zu essen zwingen wollte, woraus für viele wahre Beschwerlichkeiten entstehen würden. Galenus, Sethi, Plempius, stimmen darinne überein, daß sie die Flußfische für eine der gesundesten Speisen für die Gelehrten ansehen: man fühlt, das es einem nach ihrem Gebrauche viel leichter ist, als wenn man Fleisch geessen hat. Ich habe einige Gelehrte gesehen, welchen das Brod beständig Säure machte, und die nur sehr wenig davon genießen konnten; die Eyer beschweren viel Leute, ohne daß es möglich ist, die Ursache davon anzugeben; eben so ist es auch mit der Milch; also muß man bey

diesen

(*) Del vitto Pitagorico per uso della Medicina *Firenze* 1744.

diesen Nahrungsmitteln blos seinen Magen um Rath fragen.

§. 63.

Obgleich die einfachste Zubereitung die gesundeste ist, so darf man doch aus der Küche der Gelehrten nicht alles Gewürz ausschließen. Die schlaffen Fibern ihres Magens, deren Thätigkeit durch die Bewegung nicht gestärket wird, haben eine leichte Reizung nöthig, welche sie aus ihrer Erstarrung zieht; dergleichen sind das Salz, der Zucker, einige gelinde Gewürze, als der Zimmet, die Muscatennuß: und vornehmlich die noch heilsamern Gewürze, die wir in unsern Gärten ziehen, als Thimian, Majoran, Basilicum, Kerbel, Fenchel, und andre von gleicher Art. Allein man muß alle diejenigen vermeiden, welche ein außerordentlich scharfes Oel und Salz bey sich haben, welche zu stark reizen, und deren Wirkung zu lange währet. Alle Gelehrten sollten, wie Horaz, den Knoblauch hassen, und den Gebrauch des Senfs und des Pfeffers vermeiden, welche mit einem beynahe brennenden Oele angefüllet sind. Sie sollten sich so gar vor einem allzu großen und zu öftern Gebrauche der gelindesten Gewürze in Acht nehmen, und sie niemals als einen Theil der gewöhnlichen Nahrungsmittel ansehen, weil alles, was reizt, den Umlauf vermehret, die Werkzeuge abnutzet, und die Tage verkürzet.

§. 64.

§. 64.

Eine der wichtigsten Regeln der Diät für die Gesundheit, und wornach man sich zu halten um so vielmehr Ursache hat, je schlechter der Magen ist, ist die Mischung verschiedener Speisen zu vermeiden, und sich bey jeder Mahlzeit nicht zu erlauben. Der, so sich mit einem begnügt, thut noch besser; und ich kenne einen ehrwürdigen Alten, der sich da er in seinem vierzigsten Jahre sehr kränklich war, das Gesetz auflegte, niemals mehr als von einem Gerichte zu essen: er hat sein Wort gehalten, und bey einer vollkommenen Gesundheit der ganzen Stärke, seines Geistes und aller Lebhaftigkeit seiner Sinne, ein Alter von neunzig Jahren erreicht. Wenn man einen Augenblick über die außerordentlich große Verschiedenheit der Gerichte womit man die Tafeln besetzt, und über die Menge der verschiedenen Dinge, womit man den Magen in kurzer Zeit anfüllet, nachdenket, so wird man wenig Gebräuche finden, die lächerlicher sind; und wenn man die Folgen betrachtet, so sieht man, daß es wenig gefährlichere giebt. Horaz mag uns hierinne eine Lection geben, man wird seine Rathschläge mit mehr Vergnügen und vielleicht auch mit mehr Zutrauen annehmen, als der Aerzte ihre. „Wir wollen nun „mehr sehen, welches die Vortheile der Mäßig„keit sind: erstlich befindet man sich wohl da„bey, und, um davon überzeugt zu werden,

„so

„ so darf man sich nur an eine von den u
„ künstelten Mahlzeiten erinnern, worauf man
„ sich so wohl befunden hat: so bald man aber
„ mit den Ragouts den Braten, das Wildpret
„ oder den Fisch vermischet, so verwandeln sich
„ die süßen Speisen in Galle, und ein zäher
„ Schleim richtet tausend Verwüstungen im
„ Magen an. (*).“

§. 65.

Die Gerichte, welche die Gelehrten genießen, mögen noch so gesund und einfach seyn, so verabsäumen sie doch ein der Verdauung überaus nützliches Hülfsmittel, wenn sie beständig mit ihrem Studiren beschäfftiget, maschinenmäßig, und ohne zu kauen, essen. Nichts kömmt dem Magen mehr zu statten, als wenn die Speisen recht klein gekauet werden: durch diese Käuung wird die Absonderung des Speichels vermehret, welche unter den verdauenden Säften der beste ist (**); er tränket damit die Speisen durch und durch, deren Oberfläche er vermehret, indem er solche theilet, und dadurch in den Stand setzet, von den Säften des Magens recht durchdrungen zu werden. Und wenn die Speisen in dem Magen geschwinder aufgelöset werden, so bleiben sie nicht so lange darinne:

(*) Accipe nunc victus tenuis quæ quantaque secum afferat &c. sat. lib. 2.

(**) *Macbride* Experimental essays p. 15. 54. &c.

darinne; sie werden darinne verdauet, und verderben nicht, daher sie ihn weder reizen noch angreifen; und wenn diese erste Verdauung vollkommen gut gewesen ist, so gehen alle übrigen Verrichtungen leichter von statten. Das Kauen hat noch zween andere Vortheile, der eine ist, daß man wirklich weniger ißt, und doch eben so gut genähret wird; der andere ist, daß es zur Erhaltung der Zähne viel beyträgt: kurz, die Vortheile desselben zur Erhaltung der Gesundheit sind so beschaffen, daß man sie nicht genug schätzen, noch genug einschärfen kann, was für Schaden man sich durch Unterlassung desselben zuzieht.

§. 66.

Da die Verdauung bey dem Gelehrten langsamer von statten gehet, so dörfen sie nicht oft essen, und es ist ein großer Unterschied zwischen dem Zustande eines Magens, der mit halb verdaueten Speisen noch halb voll ist, welche alle Kräfte des Magens nöthig haben, um vollends verdauet zu werden; und dem Zustande eines Magens, der, nachdem er sich aller Speisen entlediget, seine Kräfte wieder bekommen hat, und von den verdauenden Säften angefeuchtet ist, welche neue Nahrung erwarten. Alles was man in dem ersten Zustande zu sich nimmt, störet die angefangene Verdauung, und kann nicht die ersten Veränderungen einer guten Verdauung erhalten: also ist den Gelehrten überaus

aus viel daran gelegen, daß sie niemals zur Unzeit essen, und es ist genug für sie, drey Mahlzeiten des Tages zu thun, zwo sehr leichte, und die eine etwas stärker. Ich habe einige Personen, welche ihren Magen und ihre Gesundheit durch die Arbeit in Unordnung gebracht hatten, wieder genesen gesehen, indem sie die gewöhnliche Art zu leben beybachteten, so wie ich ihnen solches angerathen, und dabey ich ihnen, in Ansehung der Wahl der Speisen, einige Regeln vorgeschrieben hatte, deren Erzählung hier überflüßig seyn würde. Des Morgens, wenn sie aufstunden, tranken sie ein Glas kalt Wasser, eine halbe Stunde darnach frühstückten sie, und beschäfftigten sich vier oder fünf Stunden, worauf sie sich wenigstens eine Stunde lang Bewegung machten, und speiseten, nachdem sie ein wenig wieder ausgeruhet hatten. Die ersten Stunden nach dem Mittagsessen waren entweder einen sehr langsamen Spaziergange oder einigen Pflichten der Gesellschaft gewidmet, welche weder den Geist noch den Körper ermüden: sie beschäfftigten sich noch einige Stunden des Abends und hielten eine überausleichte Abendmahlzeit, welches um vieler Ursachen willen für die Gelehrten sehr wichtig ist. Die erste ist, daß der Schlaf bereits viel Blut nach dem Gehirne führet, und daß es daher gefährlich ist, die Gefäße durch eine starke Abendmahlzeit, ehe man sich niederlegt, noch mehr an-

zufüllen(*). Die zweyte ist, daß, da die Thätigkeit der Nerven im Schlafe geringer ist, die Verdauung, welche die Thätigkeit nöthig hat, nicht so gut von statten gehen müsse. Die dritte ist, daß, da der Schlaf der Gelehrten bereits sehr leicht ist, die Speisen, wenn deren viel in dem Magen sind, eine Neigung verursachen, welche, indem sie alle Nerven in Erschütterung setzt, die Ruhe nothwendig störet. Man wacht nicht auf, weil man die Kraft nicht dazu hat; man schläft auch nicht, weil man die tiefe Ruhe nicht genießen kann, welche den Schlaf ausmacht: und dieser Zustand entkräftet außerordentlich und zerstöret die Gesundheit. Man kömmt ihm zuvor, wenn man eine von den leichten Abendmahlzeiten zu sich nimmt, welche, wie man von des Plato seinen sagte, auf die gegenwärtige Zeit und auf den folgenden Tag angenehm sind, und den Körper gesund und den Geist frey lassen; dahingegen eine überflüßige Abendmahlzeit den Kopf schwer, den Körper kraftlos und den Geist niedergeschlagen und unfähig läßt, sich mit Vortheil zu beschäfftigen.

Vides

(*) Es giebt verschiedene Merkmaale, welche diese Anfüllung der Gefäße des Gehirns während des Schlafs beweisen, und man hat täglich ein Merkmaal vor den Augen, welches sie handgreiflich darthut; dieses ist das Knirschen der Zähne, welchem viel Kinder, und sogar Erwachsene, im Schlafe unterworfen sind, und welches allezeit viel stärker ist, wenn sie des Abends viel geessen haben.

Vides ut pallidus omnis
Coena desurgat dubia? quin corpus onustum
Hesternis vitiis animum quoque prægravet
una,
Atque affigit humo divinæ particulam
auræ,
Alter ubi dicto citius curata sopori,
Membra dedit, vegetus praescripta ad munia
surgit (*)

Ich habe Gelehrte gekannt, die ihre verfallene Gesundheit dadurch wieder herstelleten, daß sie des Abends blos ein wenig Milch zu sich nahmen. Würde man nicht noch besser thun, wird man vielleicht sagen, wenn man des Abends ganz und gar nicht ist? Einige Personen haben diese Gewohnheit, und befinden sich wohl dabey: bey allen Gelehrten ohne Unterschied aber fin-

(*) Sehet, wie die Gesichter der Leute blaß aussehen, welche von einer langen Abendmahlzeit aufstehen. Der von den Ausschweifungen des gestrigen Tages beschwerte Leib unterdrückt den Geist, und macht dieses Theilchen der Gottheit, den Hauch, der uns belebt, irdisch: der mäßige Mensch hingegen legt sich nieder, schläft ein, und steht voller Munterkeit wieder auf, um seine Beschäfftigungen wieder vorzunehmen. Hor. Sat. 2. lib. 2.

Theophrast hat ebenfalls angemerket, daß man, wenn man viel ißt, und sich mit Fleische nähret seine Vernunft schwäche, den Geist schwerfällig mache, und sich eine Art von Blödsinnigkeit zuziehe.

det sie nicht statt: denn da sie einen überaus empfindlichen Magen und sehr zarte Nerven haben, so bekommen die verdauende Säfte, wenn sie zu lange warten etwas zu sich zu nehmen eine Schärfe, welche, wenn sie nicht durch die Speisen eingewickelt wird, den Magen reizet; und diese Reizung ist hinreichend den Schlaf zu stören.

§. 67.

Diejenigen, welche gern essen, können in Versuchung gerathen, diese Regeln als strenge Vorschriften anzusehen, welche niemals befolget worden wären, und welchen, nach dem Buchstaben zu folgen, vielleicht gefährlich seyn möchte; allein man kann ihnen gar leicht durch eine Menge von Beyspielen darthun, daß eine viel größere Mäßigkeit als die, so ich vorgeschrieben habe, das wahre Mittel ist, eine vollkommene Gesundheit zu erhalten. Augustus, dessen Unpäßlichkeiten, wie man gesehen hat, mit der Gelehrten ihren sehr überein kamen, ist ein Muster das man ihnen in Ansehung der Mäßigkeit vorlegen kann, er schränkte sich auf eine überaus geringe Quantität Speise ein (*). Paulus, der Eremit, der Heil. Antonius, Arsenius, St. Epiphanius, um nicht von verschiedenen andern Einsidlern zu reden, deren langes Leben weniger gewiß ist, lebten alle über ein Jahrhundert, indem sie sich bloß mit Brode, Datteln,

(*) Minimi cibi erat. *Suet.*

teln, einigen Wurzeln, etwas Früchten und Wasser nähreten. Galenus brachte seine Leibesbeschaffenheit durch Bewegung und durch eine große Mäßigkeit wieder zurechte. Bartholus, der so berühmte Wiederhersteller des Rechts im vierzehenten Jahrhunderte, ist, wo ich nicht irre, der erste, der seine Speise gewogen hat: er setzte auf sie eine sehr kleine Quantität herunter, um seinen Verstand zu allen Zeiten gleich zum Studiren geschickt zu erhalten, welches er mit einem Eifer trieb, wovon man wenig Beyspiele gesehen hat. (*).

Allein eins der stärksten und lehrreichsten Beyspiele ist Ludewig Cornaro ein edler Venetianer, von einer der ältesten Familien, und welche der Republik die meisten Dogen gegeben hat. Von seinem fünf und zwanzigsten Jahre an wurde er mit Magenschmerzen, Sei-

(*) Man hat uns von dem Leben des Brrtholus eine Anecdote aufbehalten, die nicht zum Vortheile der Wissenschafften ist, und nur allzusehr beweiset, daß sie, wennman sie zu unmäßig treibet, eine gefährliche Anlage zur Hipochondrie Misantropie und Schwermüthigkeit machen. Er begleitete ein ansehnliches gerichtliches Amt, und verdammte auf leichtesten Verdacht zum Tode; welches ihn bey dem Volke so verhaßt machte, das er sich genöthiget sah aufs Land zu flüchten, um der Wuth desselben zu entgehen.

tenweh, einem Anfange von Podagra und einem schleichenden Fieber gequälet: und seine Gesundheit war einer Menge von Arzneymittel ungeachtet bis in sein vierzigstes Jahr sehr schlecht. Er legte darauf alle Mittel bey Seite fieng an die mäßigste Lebensart zu führen, und nahm bloß zwölf Unzen feste Speise und vierzehen Unzen Getränke täglich zu sich, welches nicht mehr als den vierten Theil der gewöhnlichen Nahrung eines Menschen in dem Lande, wo er lebte, ausmachten. Die Wirkung dieser Diät, welche er in einem kleinen Werke so den Titel führet: von den Vortheilen des mäßigen Lebens (*) selbst beschrieben hat, war so beschaffen, daß die Schwachheiten nach und nach verschwanden, und einer starken und dauerhaften Gesundheit Platz machten, die von einer Empfindung des Wohlseyns und der Zufriedenheit begleitet war, die er niemals zuvor gekannt hatte. In seinem fünf und neunzigsten Jahre schrieb er ein Werk von der Geburt und von dem Tode des Menschen, worinne er die interessanteste Abschilderung seines Lebens macht. Ich befinde „ mich, sagte er, frisch und gesund, so wie man „ sich im fünf und zwanzigstens Jahre befindet: „ ich schreibe sieben bis acht Stunden des Tages, „ die übrige Zeit gehe ich spazieren, plaudere, „ oder gehe in ein Concert; ich bin lustig, alles was ich esse, das schmecket mir; meine Ein-

bildungs-

(*) Luigi *Cornaro* discorzi della vita sobtia.

„ bildungskraft ist lebhaft, mein Gedächtniß „ getreu, die Beurtheilungskraft gut; und ich „ habe, welches in meinem Alter am meisten „ zu bewundern ist, eine starke und wohllauten„ de Stimme. „ Er lebte über hundert Jahre. Der gelehrte flanderische Jesuit Bernhard Leßius, den die Diät des Cornaro ganz und gar bezauberte, übersetzte seine Abhandlung von dem mäßigen Leben ins Lateinische, übte sie selbst mit dem glücklichsten Erfolge aus, und verfertigte nach diesen Grundsätzen ein Werk von der Diät, worinne er alle Vortheile der Mäßigkeit zeiget (*). Ramazzini hat uns die Geschichte des Cardinals Sfortia-Pallavicini aufbehalten, der, wenn er den ganzen Tag, ohne etwas zu sich zu nehmen, gearbeitet hatte, des Abends bloß eine leichte Mahlzeit that (**). Und um uns unsern Zeiten mehr zu nähern, so hat der unsterbliche Newton, der ein sehr hohes Alter erreicht hat, während der Zeit seines tiefsten Nachdenkens, bloß von etwas Brod und Wasser gelebt: selten trank er ein wenig spanischen Wein, und in seinem ganzen Leben hat er fast weiter nichts genossen, als etwa ein

(*) Leonh. *Lessii.* Hygiasticon, seu vera ratio valetudinis bonæ. *Antverp.* 1563.

(**) Totam diem litterarum studio sine cibo largiebatur, mox cœna modica sumta ac studiorum cura ablegata, somno & virium reparationi noctem totam impendebat. De litteratorum morbis dissertatio. *Opera omnia* p. 654.

wenig Hühnerfleisch. Der berüchtigte Ritter Law, einer von den Leuten, so die größte Stärke des Geistes gezeiget haben, aß, um seinen Kopf beständig offen, und die ganze Lebhaftigkeit seines Geistes zu erhalten, viele Jahre lang täglich bloß ein halbes Huhn, und ohngefähr ein Pfund Brod: er trank bloß Wasser, oder wässerige Getränke (*); und die Wahl dieses Tranks muß ebenfalls als eins der geschicktesten Mittel, die Gesundheit zu erhalten, angesehen werden.

§. 68.

Das Wasser ist der Trank, den die Natur allen Völkern gegeben hat: sie hat ihn für alle Gaumen angenehm gemacht, und hat ihm die Kraft gegeben, alle Speisen aufzulösen. Die Griechen und Römer hielten es mit Recht für eine allgemeine Panace, und es ist in der That ein sehr vortreffliches Mittel, so oft eine große Trockenheit vorhanden ist, wenn man mit Schärfe beschweret ist, und wenn die Galle zu viel Säure bekommen hat. Man muß ein reines süsses frisches Quellwasser wählen, welches mit der Seife leicht schäumet, die Hülsenfrüchte leicht kocht, und die Wäsche leicht reiniget; wenn es alle die Eigenschaften hat, so erleichtert es außerordentlich die Verdauung, es stärkt, es unterhält alle Ausleerungen, es verhin-

(*) *Cheyne* Natural method of curing the diseases of the body &c. part. 2. ch. 2. §: 4.

verhindert alle Verstopfungen, es macht den Schlaf ruhiger, den Kopf offener, die Munterkeit beständiger, und die Sitten sanfter. Wenn man seine Wirkungen mit den Wirkungen des Weins vergleicht, so ist die Vergleichung ganz und gar zum Vortheile des Wassers.

§. 69.

Der Wein wirket als ein antreibendes Mittel; er reitzet die Fibern, und vermehret die Bewegung; eine Wirkung, welche, wenn sie oft wiederholet wird, nothwendig das Leben verkürzet: da er leicht säuert, so vermehret er die Schärfe, welche eins von den Uebeln der Gelehrten ist. Ueber dieses hat er auch noch eine andere große Beschwerlichkeit für sie, und welche sie alleine bewegen sollte, sich desselben zu enthalten: diese ist, daß er die Säfte heftig nach dem Kopfe zutreibet, und dadurch die Krankheiten dieses Theils vermehret, zu welchen das Studiren bereits einen so starken Grund leget. Man stillet selten das Kopfweh, und man kann die Schlagflüße unmöglich verhindern, ohne diesen Trank zu untersagen, dessen täglicher Gebrauch anstatt die Verdauung zu befördern, sie fast bey allen Personen hindert, die nicht einen sehr guten Magen haben. Man hat oft angemerket, daß die Personen, die bloß Wasser tranken, einen viel offenern Verstand, ein stärkeres Gedächtniß und lebhaftere Sinne hatten. Demosthenes, Naudäus, Diraqueau,

Locke, Haller haben niemals etwas anders als Wasser getrunken: die meisten von den größten Männern, und die alten Leute, die lange gelebt, haben sehr wenig Wein getrunken, der bey allen Nervenkrankheiten schädlich ist, welches die gewöhnliche Plage der Gelehrten, und eine ganz unvermeidliche Folge des Studirens ist, so, daß ich nicht zweifle, daß diese Liebe zu den Wissenschaften, welche seit einem Jahrhunderte die herrschende Leidenschaft ist, nicht eine von den vornehmsten Ursachen der in die Augen fallenden Vermehrung der Krankheiten dieser Art sey, (*), welche eine gehörige

Diät,

(*) Die Nervenkrankheiten sind viel häufiger und verschiedener, als sie vor sechzig Jahren waren: dieses ist eine durchgängige bekannte Wahrheit, jederman bemerket sie, beklagt sich darüber, und fragt nach den Ursacheu daaon. Es sind deren verschiedene, und ich will hier die vornehmsten anzeigen.

1) Die vielmehr ausgebreitete Liebe zu den Wissenschaften und Treibung derselben. Man könnte sagen, was Cicero ehemals von den Göttern sagte: es ist leichter einen Akademiker als einen Menschen zu finden. Die Menge von Pressen, welche beständig die unendliche Menge von Werken in Europa herum treiben, welche täglich heraus kommen, setzen nothwendiger Weise eine große Anzahl Menschen voraus, welche vielleicht nicht die wahren Eigenschaften der Gelehrten haben, die aber den

Diät, die Bewegung die Vermeidung des warmen Wassers und des Weins öfter heilen, als die Arzneymittel. Ich will jedoch nicht, daß man daraus schließe, daß ich den Gebrauch des Weins den Gelehrten gänzlich untersage: nur wollte

Uebeln derselben mehr oder weniger ausgesetzt sind; und man hat gesehen, daß die Nervenkrankheiten ein Theil davon sind. So viele Schriftsteller bringen eine Menge Leser hervor, und ein beständiges Lesen verursachet alle Nervenkrankheiten: vielleicht ist unter allen Ursachen, welche der Gesundheit der Weiber geschadet haben, die seit hundert Jahren unendliche Vermehrung der Romane die vornehmste. Von ihrer Kindheit an bis ins höchste Alter lesen sie diese Bücher mit einem so großen Eifer, daß es ihnen leid thut, wenn sie sich einen Augenblick zerstreuen müssen; sie machen sich ganz und gar keine Bewegung, und bleiben oft sehr spät auf, um diese Leidenschaft zu befriedigen, welches ihre Gesundheit ganz und gar zu Grunde richtet, ohne von denen zu reden, die selbst Autoren sind, und deren Anzahl täglich zunimmt. Ein Mägdchen, die in ihrem zehenten Jahre, anstatt herum zu laufen, liest, muß im zwanzigsten eine Frau seyn, welche Vapeurs hat, aber keine gute Amme. 2) Ein viel stärkerer Gebrauch des warmen Wassers, wovon ich alle Gefährlichkeiten im folgenden Paragraph zeigen werde. 3) Die Vermehrung des Luxus, der bey den Herren und bey den Bedienten ein weichlichs Leben eingefüh-

wollte ich, daß man keinen täglichen Trank daraus machte, und ihn als ein Arzneymittel betrachtete. Man würde bey großen Schlaffheiten, Entkräftungen, und wenn man niedergeschlagen ist, kein angenehmers und nützlichers finden. Man sollte ihn trinken; wie ihn Newton trank, um sich bey außerordentlichen Arbeiten statt der Nahrungsmittel damit

zu

ret, die Anzahl der sitzenden Künste außerordentlich vermehret, und deren so gerühmte Errichtung den Ackerbau und die Gesundheit zu Grunde gerichtet hat. Ich habe in diesem Lande einige Dörfer gesehen, deren Einwohner sich mit Faßmachen beschäfftigten, und ihr Leben damit zubrachten, daß sie in den Wäldern Bäume haueten, sie verarbeiteten, und ihre Arbeit zu Markte fuhren. In dieser Gegend des Landes fand man die schönsten, die stärksten, gesundesten, und in den besten Umständen sich befindenden Leute. Allein vor dreyssig Jahren ließen sich einige Steinschneider daselbst nieder, das Geld vermehrte sich, und verführete: die Steinschneidersucht bekam die Oberhand, die Holzarbeiten fielen, das sitzende Leben ist auf das thätigste gefolgt, fremde Arbeitsleute haben ihre Ländereyen gebauet, die neue Profeßion ist gefallen, und es ist heut zu Tage die Gegend, wo man die mehresten schleichenden Krankheiten findet; die Menschen sind ausgeartet, und die guten Umstände haben sich entfernet, ohne vielleicht jemals wieder zu kommen, weil sie die Gegenden fliehen, wo die Menschen schwach und müßig sind.

zu stärken, um sich nach großen Entkräftungen wieder zu erquicken, und um sich in der Traurigkeit aufzumuntern: allein, zu allen andern Zeiten sollten ihn die Gelehrten lassen, und die Gefahr, eine eingewurzelte Gewohnheit auszurotten, nicht befürchten; diese Gefahr ist nichts, und unter hundert Personen, welche auf einmal den Gebrauch des Weins unterlassen, sind ihrer nicht zwo, welche eine Beschwerlichkeit davon empfinden. Auch in den Fällen, da ihnen der Gebrauch des Weins erlaubt ist, müssen sie

einen

Viele Leute, die sich vor dreyßig Jahren selbst bedieneten, lassen sich itzt bedienen; die zu Fuße giengen, reiten, die reiten, fahren in der Kusche; sie finden sogar das Stauchen des öffentlichen Fuhrwerks zu hart, und die geringsten Künstler werden im kurzen nicht anders als in Kutschen mit Stahlfedern reisen. Man hält sich vielmehr in der Stadt auf, als sonst: das schwankende Wort, Erziehung hat die Ohren gereitzet, und man ist, ohne zu wissen was für Begriffe man damit verknüpfte, in die Stadt gekommen, seinen Kindern eine Erziehung zu geben, woselbst sie ihre Gesundheit und vielleicht auch nur allzu oft ihre Tugenden verlohren haben. Was haben sie aber dafür bekommen? Mehr Leidenschaften. Der Luxus und das Stadtleben setzen sie nothwendiger Weise in Bewegung; sie vermehren die Eitelkeit, den Ehrgeiz, die Eifersucht: welches alles schädliche Neigungen sind, so die Gesundheit zerstören und alle Nervenkrankheiten verursachen; sie ver-

einen mehr nahrhaften, als geistreichen Wein gebrauchen, der weder herbe noch sauer ist, und der stärket, ohne zu reitzen: vor allen Dingen aber müssen sie sorgfältig den Gebrauch der geringen Weine vermeiden, welche, wie Vanhelmond sagt, mehr Eßig als Wein sind, und welche Schärfe verursachen, die Verdauung stören, und die Nerven reizen.

§. 70.

mindern die Vertraulichkeit, die Freundschaft, die Munterkeit, welche alle so viel Gutes thun. 5) Ein Geschmack an Gewürzen, die viel hitziger sind; welches nothwendiger Weise die Werkzeuge abnutzet, Schwachheit, schleichende Fieber und alle Nervenkrankheiten erreget. 6) Eine Ausartung, welche ganz unvermeidlich ist. Die Kinder empfinden die Uebel der Väter: unsere Vorfnhren haben angefangen sich von der gesundesten Lebensart ein wenig zu entfernen, unsere Großväter sind etwas schwächer gebohren weichlicher auferzogen worden; sie haben Kinder gezeuget, die noch schwächer waren als sie, und wir, als das vierte Geschlecht, kennen die Stärke und die Gesundheit nur noch bey achtzigjährigen Greisen, oder von Hörensagen. Wenn man die völlige Gesundheit und Stärke wieder haben wollte, so gehörte darzu ein vernünftiges und nach Gründen eingerichtetes Betragen, daß man nicht hoffen kann; oder eine Barbarey von etlichen Jahrhunderten, die man sich nicht einmal zu wünschen getrauet. 7) Die Einflüße der geheimen Krankheiten.

§. 70.

Es giebt noch eine andere Art von Getränke, welches den Gelehrten nicht weniger schädlich ist, als der Wein, und welches sie viel häufiger gebrauchen; dieses ist das warme Getränke, dessen Gebrauch sich seit einem Jahrhunderte außerordentlich vermehret hat. Es schlich sich zu der Zeit ein trauriges Vorurtheil in die Arzneywissenschaft ein: man war noch in Entzückung über den Kreislauf; man glaubte, daß man ihn zur Erhaltung der Gesundheit so leicht machen müßte, als es nur immer möglich wäre, daß man deßwegen dem Blute eine außerordentliche Flüßigkeit geben müsse, und daß es daher sehr zuträglich wäre, eine große Menge warmes Wasser zu trinken. Cornelius Bontekoe, ein holländischer Arzt, der nachgehends zu Berlin, als erster Leibarzt des Churfürsten von Brandenburg gestorben ist, macht im Jahre 1679. ein kleines Werk in holländischer Sprache über den Thee, Caffee und die Chocolate bekannt, worinne er dem Thee die übertriebensten Lobeserhebungen verschwendet, wenn er auch noch so stark bis zu hundert, ja zwey hundert Tassen des Tages getrunken würde, und leugnet, daß er dem Magen Schaden thun könne. Dieser Irrthum breitete sich mit einer außerordentlichen Geschwindigkeit in dem ganzen nördlichen Europa aus, und hatte die schlimmsten Folgen; der Zeitpunkt seiner Einführung ist eine in der Geschichte der Gesundheit merkwürdige und

K traurige

traurige Veränderung. Die Leute, welche beobachten, nahmen gar bald das Uebel wahr: Herr Duncan, ein französischer Arzt, der zu Rotterdam lebte, machte im Jahre 1705. ein kleines Werk bekannt, worinne man unter vieler schlechter Theorie, viel vortreffliche Rathschläge wider den Gebrauch der warmen Getränke findet (*). Herr Boerhaave setzte sich diesem Misbrauche nachdrücklich entgegen; alle seine Schüler haben ihn bestritten, und alle große Aerzte denken nicht anders. Man hat es endlich dahin gebracht, den Fortgang desselben aufzuhalten, und ihn so gar seit einigen Jahren zu verringern (**): allein unglücklicher Weise erhält sich noch das Vorurtheil bey den kränklichen Personen; sie bilden sich ein, daß das dicke Blut die Ursache ihrer Uebel sey; und dieser Gedanke macht, daß sie mit diesem schädlichen Getränke fortfahren. Diese Theekannen voll heißes Wasser, welche ich auf ihrem Tische finde, erinnern mich an die Büchse der Pandora, aus welcher alle Uebel herauskommen; jedoch mit dem Unterschiede, daß

(*) *P. Duncan* Avis salutaire contre l'abus du Caffé, du Chocolat, & du Thé. Rotterd. 1705. 8. Dieses Werk ist heut zu Tage nicht mehr zu haben.

(**) Der Thee und der Caffee ist aus Schweden verbannet: und ich sehe in den öffentlichen Blättern, daß ein ganze ansehnliche Provinz Deutschlands freywillig dem Caffee entsagt, so, wie die engländischen Colonien in Amerika dem Thee entsaget haben.

daß jene nicht einmal die Hoffnung übrig lassen, sondern im Gegentheile, durch Fortpflanzung der Hypochondri e die Traurigkeit und die Verzweiflung ausbreiten.

§. 71.

Der Scheingrund, der die schwachen Personen verführet hat, das warme Geträncke so häufig zu gebrauchen, ist gar nicht schwer zu widerlegen. Der Kreislauf geschieht zwar oft bey ihnen schwach, langsam, übel, die Säfte bleiben stehen, es entstehen Verstopfungen: allein, alle diese Zufälle kommen von der Schwachheit der Gefäße her, und nicht von der Dichtheit oder der Verdickung der Säfte, welche vielmehr nicht dicht genug sind. Wenn man zu gleicher Zeit einem starken Bauer, und einem Manne, der sein Leben in der Studierstube zubringt, oder einem andern kränklichen Menschen zu Ader läßt, so wird man das Blut des ersten dick und dunkelroth, bisweilen mit eiuer weißen und harten Haut bedeckt finden, so, wie man es bisweilen bey hitzigen Fiebern sieht: des andern sein Blut hingegen wird aufgelöst, wäsricht, schleimicht und wenig gefärbt seyn. Der Theil, so auf dem Blute des ersten eine starke Haut macht, macht bey dem andern eine weiche Gallerte, daher man des ersten sein Blut durch viel auflösendes Geträn̄k verdünnen müßte, wenn dieser Zustand des Blutes kränklich wäre: der zweyte hingegen müßte solches bloß zu verdicken suchen,

und eben deßwegen die große Menge von kalten und warmen Getränken vermeiden, welche die Anlage zur Wassersucht vermehren, die, wie ich bereits im 19. §. gesagt habe, oft die Wirkung eines sitzenden und studirenden Lebens ist. Herr Düverney der jüngere, erzählt davon ein merkwürdiges Beyspiel in den Memoiren der königlichen Akademie (*). Allein, vornehmlich der Magen empfindet zuerst die übeln Wirkungen des warmen Wassers, welches auf vielerley Art schadet. Die große Menge, die man trinkt, blähet dieses Werkzeug auf; seine Fibern, die durch den Umfang des Getränks zu sehr gespannet sind, fallen, indem es sie durch die Quantität ausdehnet, und durch seine Qualität schlaff macht, in eine Schlaffheit und Entkräftung, und verlieren endlich die zu ihren Verrichtungen nöthige Kraft; die Speisen bleiben alsdann zu lange in den Magen, und verursachen eine unangenehme Schwere, welche man dadurch los zu werden sucht, daß man von neuen durch einen auflösenden abgekochten Trank, welcher, indem er wie ein Strom die halb verdauten Speisen mit fortreißt, in der That zu der Zeit eine Erleichterung schafft, die Ursache des Uebels aber wirklich vermehret. Die zweyte Gefahr bey dem warmen Wasser, und überhaupt des Getränks, es seye was für welches es wolle, ist, daß es die verdauenden Säfte über-

(*) Vom Jahre 1703.

überschwemmet, daß sie gar keine Kraft behalten; und da sie das wesentliche Triebrad der Verdauung sind, so verderbt man sie nicht ungestraft; zumal, da kein einziger Trank solche herzustellen fähig ist, und die so gerühmten magenstärkenden Mittel, wovon die meisten allezeit schaden, sind niemals so gut als der Speichel und die Säfte, die in dem Magen abgesondert werden. Man muß viel trinken, wenn man sich wohl befinden will; und vornemlich kann man niemals zu viel Wasser trinken, sagen einige Personen, und vielleicht sogar einige Aerzte: allein, dieses heißt von den Gesetzen der animalischen Oekonomie und von den Wirkungen des häufigen Getränkes schlecht unterrichtet seyn. Ein schlaffer Magen, geschwächte Verdauungssäfte und eine Niederschlagung der Speisen, ehe sie verdauet werden, sind die gewissen Wirkungen dieses nur allzugemeinen Misbrauchs; und sie werden nach der Beschaffenheit dieser Getränke mehr oder weniger vermehret. Das Getränk, so man heiß oder laulicht zu sich nimmt, thut einen Schaden, der ihm ganz besonders eigen ist, denn dadurch wird der feine Schleim zerstöret, welcher inwendig den Magen, die Gedärme und überhaupt alle hohle Eingeweide bekleidet, und ihre Nerven vor dem allzu starken Eindrucke der Speisen, oder der andern Körper, so durchgehen müssen, verwahret. Wenn dieser Schleim durch den beständigen Gebrauch eines warmen Getränks, das

gemeiniglich mit scharfen Theilchen angefüllet ist, welche die Gefahr desselben vermehren, einmal weggewaschen ist, so leiden die Nerven, die ganz bloß daliegen, heftige Schmerzen nach dem Essen, wenn man nicht die gelindesten Speisen aussuchet. Die Gedärme, die eben so wie der Magen ausgewaschen sind, leiden heftige Schmerzen von der Colik; und indem sich das Uebel bis in die innersten Häutchen aller kleiner Gefäße ausbreitet, so bekommen die überall gereizten Nerven die Beweglichkeit, welche das Unglück so vieler Leute macht.

§. 72.

Die Gefahr dieser Getränke wird, wie ich bereits gesagt habe, durch die Beschaffenheit der Pflanzen, welche hineingelegt werden, sehr vermehret: die schädlichste, wenn man sie oft oder häufig gebraucht, ist ohne Widerrede, der Thee den wir beynahe seit zwey Jahrhunderten aus China und Japan ziehen; und der die schleichenden Krankheiten, in den Ländern, wo er sich eingeschlichen, so sehr vermehret hat, daß man leicht merken kann, wenn man auf die Gesundheit der Einwohner einer Stadt Achtung giebt, ob sie Thee trinken, oder ob sie keinen trinken: und einer der größten physikalischen Vortheile, den Europa haben könnte, wäre ein allgemeines Verbot dieses so berichtigten Blattes, worinne man keine andern wesentlichen Theile findet, als ein scharfes und fressendes Gummi,

Gummi, nebst einigen anhaltenden Theilchen (*), welche dem Theewasser, wenn zu viel davon dar-

(*) Ein sehr geschickter Rechtsgelehrter, der die erste Ausgabe dieses Werks gelesen, hat mir die Freundschaft erzeiget, in einem sehr höflichen Briefe an mich zu schreiben, worinne ich eine wichtige Beobachtung gefunden habe, welche er mir dem Publico, dem sie sehr nützlich seyn kann, mitzutheilen die Erlaubniß gegeben hat. „ Im Monat Junius „ 1765 bekam ich ein Brennen im Urine, das mit „ Schmerzen begleitet war, die mir bis dahin ganz „ unbekannt gewesen waren. Die Erzählung der „ Umstände, so ich dem Herrn D... davon machte, lehrete mich, daß ich den Lendengries hatte, „ und er verordnete mir Terpentinpillen, und eine „ Infusion von Pareira brava und Süßholz: durch „ den Gebrauch dieses Mittels giengen Stücken von „ kleinen Steinen von mir, die wie Stücken aussahen, womit ein kleiner Kern umgeben ist, woran die eine Seite concav und die andere convex war, die Winkel hatten u. s. w. Ihr Ausgang war bisweilen sehr schmerzhaft: meistentheils aber verursachten sie nur eine ganz kleine „ Empfindung. Ich war ordentlicher Weise hartleibig; allein, gegen das Ende des Novembers, „ verursachte mir der Gebrauch dieser Mittel einen „ Stuhlzwang, woran ich außerordentlich viel leiden mußte. Herr D... verordnete also, daß ich „ alle Mittel, Clistiere u. s. w. einstellen sollte. „ Hierauf verordnete mir Herr N... den ich um

inne ist, oder wenn es lange gezogen hat und kalt ist, einen herben Geschmack geben, welcher die Zunge

„ Rath fragte, Seifenpillen und andere Mittel; „ worauf abermals der Stuhlzwang folgte. Da ich „ nun in der allgemeinen Geschichte gelesen hatte, „ daß die Chineser weder den Stein noch den Len„ dengries kenneten, welches man dem häufigen „ Gebrauche des Thees zuschrieb, den sie als ein „ kaltes Getränk ohne alle andere Mischung trin„ ken, so versuchte ich, mich nach dieser Vor„ schrift zu halten. Ich hatte bis dahin keinen „ Thee getrunken, also war er mir ganz neu. Ich „ nahm ein halb Loth guten japanischen Thee„ boye; ich ließ ein Maaß siedend Wasser darauf „ gießen, und es nachgehends kalt werden. Hier„ auf goß ich es ab, und trank des Morgens „ drey Tassen davon, indem ich allemal, wenn „ ich eine Tasse getrunken hatte, eine Stunde „ wartete; zwo nüchtern, eine nach dem Früh„ stück, und die vierte zwo Stunden nach der „ Mittagsmahlzeit. Den ersten Tag war die Wir„ kung bloß eine größere Menge von Urine: al„ lein, den zweyten giengen des Morgens zween „ Stücken, ein Kern wie eine kleine Erbse und „ Sand von mir, und dabey machte mir auch „ der Thee zu meinem großen Vergnügen einen „ offenen Leib, als wenn ich vollkommen gesund „ gewesen wäre. Von der Zeit an bin ich mit die„ sem Getränke fortgefahren; bisweilen aber habe „ ich auch acht Tage, und im vorigen Sommer einen „ ganzen Monat ausgesetzt, und die Wirkung ist je„ derzeit

Zunge leicht zusammen zieht. Das warme Wasser vermindert die Wirkungen des Thees gar nicht: sie sind so merklich, daß ich oft sehr starke und Gesunde Leute gesehen habe, welchen einige Tassen Thee, so sie nüchtern getrunken hatten, Schwachheit, Gähnen und Be-

„ derzeit dieselbe gewesen. Meinem Magen hat
„ es ganz und gar keinen Schaden gethan, son-
„ dern ich habe vielmehr bessern Appetit, ich ver-
„ daue besser, und binde mich nicht allzu genau
„ an die Diät. Ich trinke blanken Wein mit
„ drey' viertel Wasser, und die mehresten-
„ male habe ich an einem mäßige Becher auf
„ eine Mahlzeit genug: auch esse ich weder Käse
„ noch Salzfleisch u. s. w.

„ In zween Monaten bin ich völlig sieben und
„ siebenzig Jahre alt: eine geringe Sach verschafft
„ mir einen oder zween starke Stuhlgänge: vor
„ dem Gebrauche des Thee war ein leichter Trank
„ von Engelsüß, solches zu bewerkstelligen hin-
„ länglich; vornehmlich aber bediente ich mich des-
„ selben, wenn ich den Schnupfen hatte, und ich
„ befand mich wohl dabey.

„ Ich mache ihnen diese ausführliche Beschrei-
„ bung deswegen bekannt, damit sie urtheilen mögen,
„ warum derselbige Gebrauch des Thee bey andern
„ Personen, die es versucht haben, nicht eben
„ dieselbe Wirkung hervorgebracht hat; vielleicht
„ hätten sie eine andere Dose nehmen sollen
„ u. s. w. vielleicht haben sie auch Geduld genug ge-
„ habt

„ Ich

schwerlichkeiten verursachten, welche einige Stunden währeten; und bisweilen fühleten sie solche den ganzen Tag. Ich weis wohl, daß diese üble Wirkung nicht bey jederman gleich merklich ist: ich kenne einige Personen, die sich sehr wohl befinden, und alle Tage Thee, doch sehr mäßig, trinken: über dieses beweisen auch die Beyspiele einer Glücklichen, die der Gefahr entgehen, niemals, daß die Gefahr selbst nicht da ist.

§. 75.

Man kann den Caffee nicht in eben die Klasse mit dem Thee setzen, da ihre Wirkungen nicht dieselbigen sind: denn obgleich der Caffee ein warmes Wasser ist, so schadet er jedoch weniger unter diesen Tittel, als viel mehr als ein stark antreibendes Mittel, welches die Fiebern durch sein bitteres und aromatisches Oel stark reizet, so,

„Ich habe im vorigen Monate eine dreymal wie-
„ derholte Erfahrung angestellt, und Zucker in mei-
„ nen Thee gethan: er hat zum Urinne getrieben,
„ und ist, wie gewöhnlich, aus dem Leibe gegan-
„ gen, ohne daß sich das gerüngste Stück dabey
„ gezeigt hätte.„

Diese Beobachtung, welche man benutzen kann, streitet so wenig als der Gebrauch, den die Chineser von dem Thee machen, mit dem, was ich von dem Mißbrauche desselben sage, der in Europa damit getrieben wird.

so, daß er, da es mit einem sehr verdaulichen und nahrhaften Mehle verbunden ist, einen ansehnlichen Platz in den Apotheken, oben an den bittern magenstärkenden Mitteln verdiente, wovon er das angenehmste uud kräftigste seyn würde: daher man aber den täglichen Gebrauch desselben, der wirklich schädlich ist, verbannen müßte. Diese tägliche Reizung der Fiebern des Magens zerstöret endlich ihre Stärke; sein zäher Schleim, der an den Seiten desselben anliegt, verlieret sich, die Nerven werden gereizet, sie bekommen eine ganz besondere Beweglichkeit, die Kräfte vergehen, und man verfällt in schleichende Fieber und in eine Menge voll Uebeln, wovon man sich oft die Ursache zu verbergen sucht, und die um so viel schwerer zu vertreiben sind, da diese mit einem Oele verbundene Schärfe nicht nur die flüßigen Theile anzustecken, sondern sich auch an die Gefäße selbst anzuhängen scheint. Wenn man nur selten Caffee trinkt, so erfreuet er, zertheilet die schleimichten Materien des Magens, vermehret die Thätigkeit desselben, zerstreuet die Schwere im Kopfe und die Schmerzen desselben, welche von einer unordentlicher Verdauung herrühren; er läutert sogar die Begriffe und schärfet den Verstand, wenn man den Gelehrten glauben darf; auch machen sie großen Gebrauch davon. Allein, Homer, Thucidides, Plato, Xenophon, Lucrez, Virgil, Ovid, Horaz, Petron und ich könnte auch kühnlich sagen,

Corneille und Moliere, deren Meisterstücke das Vergnügen, der spätesten Nachwelt seyn werden, tranken die Caffee? Die Milch vermindert ein wenig die Reizung, welche der Caffe verursacht: allein, sie benimmt nicht alle üble Wirkungen desselben; ja, diese Mischung hat sogar welche, die ihr ganz eigen sind. Die klugen Gelehrten sollten überhaupt den Caffee als ihr Lieblings-Arzneymittel ansehen, aber niemals einen täglichen Trank daraus machen. Diese Gewohnheit ist um so viel gefährlicher, weil sie gar bald in eine Nothwendigkeit ausartet, welcher sich zu entziehen, wenig Menschen stark genug sind. Man weis, daß man sich vergifte; allein, der Gift ist süß, und man verschluckt ihn.

§. 74.

Die Wahl der Luft wäre ebenfalls noch von der größten Wichtigkeit; sie wirket auf die Seele, wie auf den Körper. Eine gesunde Luft, sagte Hippocrates (*), giebt Verstand; die in Böotien und Thracien machte den Geist plump:

Bæotum in crasso jurares aëre natum.

Die zu Athen macht ihn scharfsinnig, und Plato sagt, daß Minerve diesen Ort erwählet hätte, um daselbst die weisesten Menschen zu erzie-

(*) De morbo sacro N. 17.

hen (*). Die Gelehrten sollten, so viel ihnen möglich wäre, eine gemäßigte, reine und trockne Luft wählen, welche vortrefflich für die Lunge ist, den Umlauf befördert und die Nerven stärket. Die kalte und trockne Luft ist erträglich; alleine, die feuchte Luft ist sehr gefährlich; sie vermehret die Beschwerlichkeit der Gelehrten, sie macht schlaf, verhindert die Ausdünstung und bringet Catharre, Flüße und Lähmungen hervor (**), Die Gelehrten sind wie August und alle zärtliche Personen, sie können weder die große Kälte noch die außerordentliche Hitze vertragen, welche ihnen überaus beschwerlich fällt, weil man sich nicht so leicht dafür schützen kann, als für der Kälte. Milton fiel im Sommer in eine Betäubung, die der Blödsinnigkeit nahe kam. Herr Dodart redet von einem jungen Menschen von acht Jahren, dessen Genie frühzeitig war, der sein Gedächtniß in Hundstagen gänzlich verlohr, und solches wiederbekam, sobald die Luft einige Tage kühle wurde (***). Und

Herr

(*) In seinem Timäus im Anhange: „Wisset übri-„gens, sagte er, daß die Lage der Oerter nicht we-„nig beyträgt, die Menschen besser oder schlimmer „zu machen. De legibus lib. 5.

(**) Histoire de l'Academie Royale des Sciences Ann. 1706. p. 72.

(***) Herr Pellegrini, ein berühmter Arzt und Professor der Anatomie zu Venedig, der eine sehr genaue

Herr Lancisi, der berühmte Arzt der Päbste Innocentius XI. und Clemens XII. schrieb an seinen Freund Tochi, daß er in der großen Hitze unfähig zu denken und zu schreiben wäre, wenn kein kühler Wind wähete (*). Die große Kälte reizet die Nerven, und verursacht den Personen, deren Nerven sehr beweglich sind, Verzuckungen; daher die Gelehrten die Extremitäten vermeiden müssen. Es hängt nicht allezeit von ihnen ab, den Ort ihres Aufenthaltes zu wählen: jedermann kann nicht nach Bayes oder nach Alexandrien gehen, um die Gesundeste Luft zu suchen. Das Land, wo man am besten denkt, wo man die reinste Luft athmet, ist nicht allemal für die Gelehrten, welche oft verschiedene Umstände in den Städten zu wohnen

naue und zierliche Uebersetzung, von dem Buche Avis au Peuple, geliefert hat, welcher er einige überaus nützliche Anmerkungen beygefüget, hat eine Beobachtung gemacht, welche die große Gefahr feuchter Zimmer beweiset. Eine Frau in ihren besten Jahren, die sich sehr wohl befand, wurde jederzeit, wenn sie in einem feuchten Zimmer wohnete, von einem Schlagflusse angegriffen, wovon sie nicht anders als in einer trocknen Luft geheilet werden konnte; und wovon sie gänzlich befreyet wurde, als sie sich entschloß, dieses Zimmer ganz und gar nicht mehr zu bewohnen. Avertimenti al popolo, p. 44.

(*) *Lancisi* ad *Cocchi*, p. 47.

nen nöthigen; allein, sie können sich wenigstens eine Wohnung aussuchen, die so gesund ist, als man sie da finden kann; sie muß hoch, helle, im Sommer dem Winde, und im Winter der Sonne ausgesetzt seyn; sie muß ferner von den Gegenden entfernet seyn, wo ungesunde Ausdünstungen sind, als bey den Schlachthöfen, Fleischmärkten, Lohgerbereyen u. s. w. Sie müssen die Luft ihrer Zimmer sorgfältig erneuren, und deßwegen sind die Zimmer mit den Caminen, wo sie beständig erneuret wird, gesunder als die, wo Oefen sind (*): ein andrer Vortheil dieser Zimmer ist auch, daß es einen nicht an die Füße friert, wie in Stuben mit Oefen; und dieses ist überaus wichtig.

§. 75.

Das Frieren an die Füße, dem man sich aussetzt, so bald man sich keine Bewegung macht, oder nicht bey dem Feuer sitzt, schadet denen, so schwacher Leibesbeschaffenheit sind, indem es ihnen Schwere im Kopfe, einen bösen Hals, einen Schmerz in der Brust und starken Schnupfen verursacht; es unterdrückt die Ausdünstung, störet die Verdauung, verursacht heftiges Bauchgrimmen, und trägt viel zur Vermehrung der

Schlaf.

(*) Breviter & sine tergiver satione audeo definire, sessionem multo salubriorem esse ante luculentum focum, quam in hypocausto. *Plempeius* de togat. valet. tuend. pag. 57.

Schlaflosigkeit bey. Ich habe Gelehrte zum Schlafen gebracht, welche die kräftigsten schlafmachenden Mittel vergebens gebraucht hatten, welche Art von Mitteln fast jederzeit für sie gefährlich ist, indem ich ihnen verordnete, alle Abende vor dem Schlafengehen die Fußsohlen so lange vor dem Feuer zu wärmen, bis sie einen Schmerz empfänden. Andere haben sich wohl befunden, Tag und Nacht unter der Fußsohle leicht reizende Pflaster zu tragen. Das Blut geht bey den Gelehrten so leicht in das Gehirn, daß sie kein vernünftiges Mittel verabsäumen müssen, diesem Zufalle zuvorzukommen. Es hat welche gegeben, die, um länger arbeiten zu können, das Herz gehabt haben, eine in kaltes Wasser eingetauchte Serviette um ihren Kopf zu binden: dieses ist eine gefährliche Sache, welche ich sehr wiederrathe, allein man thut sehr wohl, wenn man beständig im bloßen Kopfe ist, oder ihn nur sehr leicht bedeckt hat, wenn man ihn alle Morgen mit frischem Wasser wäscht, wenn es die Haare nicht verhindern; wie auch den Hals, die Ohren und das Gesicht (*). Merkt man, daß der Kopf auf einmal angefüllt und erhitzt wird, so ist das Beste, was man thun kann, dieses, daß man einige Augenblicke ganz unbeweglich bleibet, und nicht einmal redet; hierauf kann man ein wenig frisches Wasser trinken, und vornehmlich

einige

(*) *Celsus* de Medicin. l. I. c. 4.

einige Stunden lang alle Anstrengung vermeiden.

§. 76.

Diese Aufmerksamkeit, welche die Personen, so viel studiren, anwenden müssen, die Feuchtigkeiten von dem Kopfe weg zu lenken, muß sie abhalten sich des Nachmittags dem Schlafe zu überlassen; der diese Wirkung hervorbringt. Hat man sich einmal daran gewöhnet, und man kann nicht widerstehen, so muß man ihn so kurz machen als möglich ist; man muß Augusten nachahmen, dessen Beyspiel ich den Gelehrten schon verschiedenemal vorgeleget habe: wenn er schläfrig wurde, so ruhete er einen Augenblick, blieb angezogen, deckte blos seine Füße zu, und hielt die Hand vor das Gesicht *). Ehe man einschläft, muß man auch die Halsbinde und die Strumpfbänder locker machen.

§. 77.

*) *Sueton.* in. vit. C. O. *August.* c. 82. Ich habe von den nachtheiligen Zufällen der Mittagsruhe in einem Briefe an den Herrn Haller geredet, Epistol. de variolis apoplex. & hydrop. Diese Gewohnheit, welche die Alten schon kannten, war bey ihnen eine Nothwendigkeit, um in den sehr heissen Ländern, wo man sehr früh aufstund, während der Hitze des Tages anzuruhen.

§. 77.

Der Gebrauch des Tabaks ist ein andrer Misbrauch, wovon man gar nicht vermuthet hätte, daß sich die Gelehrten demselben jemals überlassen würden. Der Tabak, sagt der Kanzler Baco, der zu unsern Zeiten in Gebrauch gekommen, ist eine Art von Bilsenkraut, welcher das Gehirn so wie das Opium verwirret. Er wirket auf unsere Sinne eben so wie die Getränke, welche berauschen; und die Personen, welche anfangen zu rauchen, sind in eben dem Zustande, als die, welche zu viel getrunken haben: daß dieses in der Folge nicht mehr geschieht, kömmt daher, daß man sich das Rauchen angewöhnet wie das Trinken. Wir haben diesen Gebrauch jenen wilden Völkern zu verdanken, welche keine andern Beschäfftigungen haben als Jagen, um sich den nöthigen Unterhalt zu verschaffen, und daher zufrieden waren, ein Mittel ausfindig gemacht zu haben, welches sie bey der Verdrüßlichkeit, welche die lange Weile erregte, betäubete, und ihnen die Zeit unnützer weise hinbringen half. Man sollte vor zwey hundert Jahren nicht geglaubt haben, daß man die Gelehrten gewisser Länder vor den Gefahren dieses Gebrauchs, welche sehr wichtig sind, würde warnen müssen: und ich fürchte nicht zu sagen daß der Tabak, wenn er auch nicht jederman schadet, doch wenigstens dem größten Theile schadet; nur einem immer weniger als dem andern; nöthig aber hat ihn gar niemand. Die

Rau-

Raucher werden dieses eben so wenig anhören wollen, als die Säufer eine Abhandlung von den Gefahren des Weins: allein ich werde schon zufrieden seyn, wenn ich nur die jungen Leute, die noch nicht Sklaven desselben sind, abhalten kann, diese üble Gewohnheit anzunehmen, und denen hierinnen die Augen zu öffnen, welche die Erziehung besorgen, als welches, wenn sie es untersuchen wollen, ihnen vielleicht ihrer Aufmerksamkeit würdiger scheinen wird, als sie bisher gedacht haben.

Der Rauch des Tabaks*), dessen Gebrauch Johann Nicot der zu Lissabon französischer Gesandter war, nach dem Beyspiele eines Holländers, der aus Florida kam, wo ich nicht irre, im Jahre 1560 in Europa zuerst eingeführet, hat ein sehr scharfes Salz und einen dummachenden Schwefel bey sich, der in den ölichten Theil eingewickelt ist**), Und da die Reizung, welche die-

*) Dieser ganze Artikel, der mir hier am unrechten Orte zu stehen scheint, ist aus meinem Briefe an Herrn Haller de variolis apoplex. & hydrop. genommen. Ich hatte ihn in die erste Ausgabe dieses Werks nicht mit eingerückt: weil ihn aber der französische Uebersetzer dem seinigen beygefügt hat, so habe ich mich seinem Beyspiele zu folgen, genöthiget gesehen.

**) Es ist bekannt, daß das Tabaksöl, wenn es auf eine Wunde gelegt wird, ein schnell tödtender Gift ist,

ses Salz in den Speicheldrüsen hervorbringet, durch die Hitze noch vermehret wird, so macht sie, daß der Speichel häufig fließt, welcher, wenn er in den Magen kömmt, bey denen, so nicht daran gewöhnet sind, Erbrechen und einen starken Durchfall verursachet. Diese Wirkungen hören nach und nach auf; allein diejenigen, welche rauchen, bemerken jederzeit, daß ihnen dieses offnen Leib erhält; sie sehen dieses für eine vortreffliche Wirkung an, und sie ist doch nicht vortrefflicher, als wenn jemand einen Stuhlgang hat, nachdem er eine Unze Manna eigenommen hat *).

Tödtet denn dieser bittere und abführende Rauch den Bindelwurm und die andern Würmer, wie man täglich sagen hört?

Ich will es nicht läugnen, allein mir sind keine Beyspiele bekannt, welche es beweisen; und wenn dieser Vortheil ja vorhanden ist, so ist er doch viel weniger gewiß, als die andern Beschwerlichkeiten, welche die Folgen eben dieses scharfen Wesens sind, und wovon die vornehmsten ein allzu starker Speichelfluß und alle Uebel sind, welche

er

ist obgleich das Auflegen der Blätter bisweilen Nutzen schafft.

*) Die reinigende Kraft des Tabaks ist durch die bisweilen guten, bisweilen aber auch zu heftigen Wirkungen der Clistiere von Decocte und Rauche dieser Pflanze sattsam bewiesen.

er nach sich zieht. 1) der Rauch führet nothwendig den Speichel herbey; und wenn man viel raucht, so kann man den Speichel nicht alle verschlucken; man speyt ihn aus, und nachgehends fehlt er bey der Verdauung, weil den ganzen übrigen Theil des Tages fast keiner mehr abgesondert wird. Die Werkzeuge, die an diese Reizung gewöhnet sind, thun ihre Verrichtungen ganz unvollkommen, wenn es ihnen daran fehlt, und man sieht, daß die Tabaksraucher nicht mehr ausspeyen, so bald sie ihre Pfeife weggelegt haben. 2) Das allzuöftere Stechen zerstöret die Kräfte des Magens, und der Gedärme; die Lust zum Essen vergeht; der Magen und die Gedärme werden nachläßig; endlich wird die Verdauung in Unordnung gebracht, und die großen Raucher verfallen beynahe in eben die Uebel als die großen Trinker. 3) Die Schärfe der Salze des Tabaks steckt die Säfte selbst an. 4) Da der Tabaksrauch viel zu trinken nöthiget, so wird dieses übermäßige Trinken eine neue Quelle von Uebeln, die nach der Art des Getränks, so man zu sich nimmt, mehr oder weniger nachtheilig ist.

Die dummachende Kraft bringt auch noch andre Uebel hervor, die noch viel unangenehmer sind: sie vermehret die Unordnung des Magens wie alle schmerzstillende Mittel überhaupt; sie verursachet Beschwerungen und Schmerzen im Kopfe, Schwindel, Angst, Schlafsucht, und Schlagflüsse, wie man nur allzuviel Beyspiele davon gehabt hat. Man sieht hieraus, wie schreck-

lich man sich betriegt, wenn man raucht, um sich vor dem Schlagfluße zu verwahren. Ich habe selbst viel Personen gekannt, und ich habe noch von viel mehrern reden hören, welche diese Krankheit hingerissen hat; und zu der Zeit selbst, da sie dieses so berühmte Präservativ gebrauchten, welches wirklich den Schlagfluß eher befördert, als abwendet. Ich kenne keinen großen Raucher, der recht alt geworden wäre. De Heyde bedauerte einen berühmten Arzt sehr, der sich in der Blüthe seiner Jahre, durch einen allzustarken Gebrauch des Tabaks ums Leben brachte: und man erstaunet nicht über die Liste der schrecklichen Krankheiten, welche diese Ursache hervor bringet, und die von glaubwürdigen Schriftstellern bezeuget werden? Van Helmont Tulp, der so gelehrte Bürgermeister zu Amsterdam und viele andre; haben Schlagflüße daraus entstehen sehen. Die breßlauischen Aerzte erzählen das schreckliche Beyspiel jener beyden Brüder in Schlesien, welche einander herausgefordert hatten, wer am längsten hintereinander rauchen könnte, und starben beyde am Schlagfluße, der eine bey der siebenzehnten, und der andre bey der achtzehnten Pfeife. Die Schriften der Naturforscher führen eine Epilepsie an; de Heyde und Tulp, sehr schwere Brustkrankheiten; P. Borelli eine Gelbsucht; der verstorbene Herr Werlhof das Podagra: der Herr Van Swieten sehr schlimme Leberkrankheiten; und der Herr von Haller die

Schwind-

Schwindsucht u. s. w. Ich habe gesehen, daß das schrecklichste Kopfweh und eine brennende Hitze im Munde und in dem Halse die Folgen einiger Pfeiten Tabak gewesen sind, die jemand geraucht hatte, um die Zahnschmerzen zu vertreiben, und welche dieses Mittel noch heftiger gemacht hatte.

Hat denn aber der Tabaksrauch ganz und gar keinen Nutzen? Wenn ich ihn ohne Ausnahme als einen täglichen Zeitvertreib verdamme, so will ich damit nicht sagen, daß er nicht bisweilen sehr nützliche Arzneymittel verschaffen könne. Bey einigen Personen, die ein schlaffes und feuchtes Temperament haben, kann er bisweilen, wenn er durch ein langes und dünnes Rohr gezogen wird, an dessen Seiten sich das betäubende Oel wie der Ruß an ein Camin ansetzet *), die zu sehr erstarrten Speicheldrüsen reizen, die Thätigkeit des Magens und der Gedärme ein wenig stärken, und einige Krankheiten, die von einem allzugroßen Ueberflusse von Wässrichkeiten herrühren, zerstreuen.

*) Die Perser und ein Theil der Türken haben Pfeifen, die verschiedene Fuß lang sind: sie rauchend sitzend oder liegen auf ihre Art, und ein Theil des Rohrs von der Pfeife geht durchs Wasser, *Russel.* History natural of Alep. p. 82. Der Rauch wird dadurch außerordentlich gelindert, und verliert fast seine ganze Schärfe, so daß er weder den Geruch noch den Geschmak vom Tabak behält.

Er hat auch bisweilen einen allzustarken Speichelfluß vermindert, wenn er von einer allzugroßen Slaffheit der Speichelgänge herrührte, auf welche dieser Rauch wirket, wie die scharfen magenstärkenden Mittel auf einen ganz schlaffen Magen wirken.

Wenn er mit der Luft, die man entzieht, in die Lunge gebracht wird, so hat er wohl bisweilen einigen Engbrüstigen helfen können, indem er den dicken Schleim, der ihre Luftröhren verstopft, los gemacht und ausgeführet hat. Ich habe gelesen, er habe fetten Leuten Dienste gethan: allein ist es dadurch geschehen, daß er ihren Appetit vermindert, daß er die Thätigkeit der Fiebern ein wenig vermehret, oder daß er Schärfe in ihre Säfte gebracht hat? Herr Hoffmann hat gesehen, daß er heftiges Bauchgrimmen vertrieben hat: allein er sagt nicht, ob es durch Abführen geschehen ist, oder dadurch, daß er als ein schmerzstillendes Mittel gewirket hat.

§. 79.

Der Schnupftabak, womit man seine Nase alle Augenblicke vollstopft, ist ebenfalls nicht ohne Gefahr. Eine gewisse und beständige Wirkung davon ist diese, daß er die Nerven der Nase reizet; und ich weis nicht, was diese Reizung bey einem gesunden Menschen für gute Wirkungen thun kann. Die stärksten Personen, welche ihn mis=

misbrauchen, bekommen den Schwindel; und bey den schwachen wird er so stark, daß sie in Ohnmacht fallen: auch kenne ich eine große Anzahl Weiber, denen eine Prise Tabak nüchtern, einen Anfall von Vapeurs verursacht. Endlich wird der Geruch stumpf und alle Nerven fallen in eine Art von Erstarrung. Man hat die gefährlichsten Zufälle von einem im Magen sich gesammelten Haufen Tabak entstehen sehen*); und neuere Beobachtungen lassen mich an der Wahrheit des Vorwurfs nicht zweifeln, den man dem Tabake gemacht hat, daß er das Gedächtniß schwäche und dem Gesichte schade, welches eine große Bewegungsursache ist, die Gelehrten anzutreiben den Gebrauch desselben zu unterlassen.

§ 80.

Dieses sind die vornehmsten Anmerkungen, welche man über die Ursachen von den Krankheiten

*) *Trilleri* Dissertat. de tabaci ptarmici abusu opusc. t. I. p. 221. Dieser gelehrte Arzt hat die Gefahren des Gebrauchs dieses Pulvers sehr wohl bewiesen, welches, sagt er, in ganz Spanien durch einen Befehl vom 17. Dec. 1760. bey schwerer Strafe verbothen worden ist. Verschiedene andere Fürsten, als der König von Persien, der türkische Kaiser, der Großfürst von Rußland, der Pabst, der König von England haben ebenfalls bereits allen Gebrauch des Tabaks in ihren Staaten zu verbieten gesucht.

der Gelehrten, und über die Mittel ihnen zuvorzukommen machen kann; wenn aber die Unordnung einmal so groß geworden, ist daß sie der Hülfe der Arzneykunst nöthig haben, so muß man mit ihnen nach den Regeln umgehen, welche sie für die Gattung von Krankheit verschreibt, die sie angegriffen hat, und welche nicht der Gegenstand dieser Abhandlung sind. Man muß aber doch dabey ihre Lebensart in Betrachtung ziehen, welche jederzeit einigen Einfluß auf ihre Gesundheit behält, und es wird daher eine Wahl von solchen Mitteln erfordert, die sich für ihren Zustand schicken.

§. 81.

Sobald ein Gelehrter wirklich krank ist, so ist das erste, was man ihn verordnen muß, dieses; daß er sein Studieren gänzlich einstelle; so schwer ihm auch dieses Mittel scheint, so ist es doch unumgänglich nöthig *); und man thut ihm einen sehr schlechten Dienst, wenn man ihm in diesem Falle nachsieht. Er muß vergeßen, daß es Wissenschaften und Bücher giebt, die Thiere seiner Studierstube muß vor ihm verschlossen seyn, und

er

*) Difficile est longum subido deponere amorem
Difficile est: verum hoc, qua lubet, efficias.
Una salus haec est, hoc est sibi pervincendum
Cattul. 82.

er muß sich einzig und allein der Ruhe, der Munterkeit, den Vergnügungen des Landlebens überlassen, und das werden, wozu die Natur den Menschen gemacht hat, nämlich ein Ackermann oder Gärtner. Dieses ist das einzige Mittel sie von ihrem Nachdenken loszureissen; und es ist unmöglich sie wieder herzustellen, so lange sie darinne fortfahren. Wenn man ein Mittel ausfindig machen könnte, welches die Kraft zu denken ohne Gefahr aufhielt, so würde dieses das wahre Mittel ür die Krankheiten der Gelehrten seyn.

§. 82.

Ist die Entkräftung außerordentlich groß, so muß man ihnen bisweilen die Milchkur verordnen; wenn man es anders dahin bringen kann, daß sie die Milch verdauen. Der berühmte Houdart de la Motte, dessen Gesundheit jederzeit sehr schwach gewesen war, sah sich genöthiget eine geraume Zeit von nichts, als Hülsenfrüchten und Milch zu leben *). Bisweilen muß man bey einer sehr gelinden Diät die süßen Weine verordnen, welche eine kräftige Herzstärkung sind, wenn nur noch kein Fehler in der Brust oder ein schleichendes Fieber vorhanden ist. Das Eiswasser, als ein ordentliches Getränk gebraucht, ist ebenfalls ein vortrefflich stärkendes Mittel, wobey sich

der

*) Année litterarie 1768. t. 1. p. 53.

der schwache Magen der Gelehrten oft sehr wohl befindet.

§. 83.

Die Fieberrinde ist ein allgemeines Mittel in diesen Entkräftungen, welche die Folge einer allzustarken Anstrengung sind: sie stellet die Verdauung wieder her, stärket die Gefäße, macht ein aufgelößtes Blut wieder dicht, erleichtert die Absonderung und vornehmlich die Ausdünstung: stärket die Nerven, und hält ihre unordentliche Bewegung auf. Einer unsrer geschicktesten Meßkünstler sammelte, wenn er von seinen Rechnungen ermüdet war, seine Lebensgeister wieder, indem er ein großes Glas voll Trank von Fieberrinde ausleerte, das er beständig neben sich stehen hatte.

Man gebraucht seit einiger Zeit ein neues Holz, welches man aus Guyane bekömmt, und bitteres Holz von Surinam oder Quaßiaholz nennet. Es ist sehr leicht, und doch dabey sehr hart, blaßgelb, ohne Geruch, aber von einem sehr scharfen bittern Geschmacke: es ist bitterer als die Fieberrinde, und scheinet nicht unangenehmer zu seyn. In dem Geschmacke, und in der Erfahrung sind sie blos darinnen unterschieden, daß das Quaßiaholz nicht die anhaltende Kraft hat, welche sich in der Fieberrinde befindet:

det: in Ansehung ihrer Wirkungen möchte ich, um sie mit Gewißheit zu vergleichen, von dem Quaßiaholze eine größere Anzahl Beobachtungen haben, als ich seit der Zeit, da ich es gebrauche, habe machen können; die aber, so ich gemacht, haben mich überzeuget, daß dieses neue Holz die Fieberrinde vielleicht noch übertrifft, wenn man einem schwachen Magen seine Stärke wieder geben, die Winde zerstreuen, und den Verstopfungen abhelfen will, welche von Schwachheit herrühren, daher es den Gelehrten sehr nützlich ist; die Fieberrinde hingegen soll in allen fieberhaften, krebsartigen, eiterigten, wurmfreßigen und convulsivischen Zufällen den Vorzug behalten (*).

§. 84.

Das kalte Bad, dessen Gleichheit mit der Fieberrinde ich anderswo bewiesen habe, ist ebenfalls ein sehr geschicktes Mittel für die Gelehrten: es stärket den Magen, die Muskeln, die

(*) Ich habe es dem Herrn Schinz, einem berühmtem Praktikus zu Zürich, zu verdanken, daß ich dieses vortreffliche Mittel habe kennen lernen. Es wird davon in einer Abhandlung gehandelt, welche Herr Linnäus im 6ten Th. einer Sammlung heraus gegeben hat, welche den Titel führet: amœnitates academicæ; und ich hoffe, daß dieses Mittel in kurzem allgemein werden wird.

die Nerven, die Seele selbst, welche es in Stand setzet, neue Beschwerlichkeiten zu ertragen; und ich habe verschiedene junge Leute gesehen, die sich von Studiren ganz ermüdet ins kalte Bad begaben, und darauf, wenn sie heraus kamen, eine ganz besondere Stärke der Seel und eine neue Neigung hatten, ihr Studiren wieder anzufangen. Allein man muß nicht warten, bis die Schwachheit aufs höchste gekommen ist, weil das Bad alsdann mehr schaden als nutzen würde; der erste Eindruck desselben ist, daß es die Säfte nach den innern Werkzeugen zurück treibt, und die gute Wirkung desselben hänget von der Reaction dieser Werkzeuge ab; haben sie nicht die Kraft zurück zu wirken, so ist die Wirkung mehr schädlich als nützlich.

Die Alten kenneten die guten Wirkungen des Bads so gut, daß sie fast keinen Tag vorbey ließen, ohne sich zu baden, sie mochten auch zu thun haben was sie wollten. Sie bedienten sich zwar häufig der warmen Bäder: allein das geschah aus andern Gründen als der Gelehrten ihre sind; wenn ihnen diese Art des Bades bisweilen dienlich ist, so geschieht dieses bey ganz besondern Umständen, als bey Erhitzungen, Entzündungen, Austrocknungen; überhaupt aber helfen sie den Beschwerlichkeiten nicht ab, die sich gemeiniglich in den Krankheiten zeigen, welwelche von übermäßigem Studiren herrühren.

Es vermehrete das Uebel des Augustus, daher ihm sein Arzt, Antonius Musa, seiner Schwäche ungeachtet, das kalte Bad verordnete: es hat ihm vortreffliche Dienste; und ich bin verschiedene mal von Leuten um Rath gefraget worden, deren Arbeiten des Geistes die Gesundheit zu Grunde gerichtet hatten, welche durch die Mäßigkeit, die Ruhe, und vornemlich durch das kalte Bad, dessen Wirkungen sehr merklich waren, wieder hergestellet worden sind.

§. 85.

Das Reiben ist ein anders Hülfsmittel, das man nicht verabsäumen muß. Wenn man sich alle morgen im Bette auf den Rücken leget, die Kniee ein wenig in die Höhe hebt, und den Magen und den Bauch mit einem Stück Flanell reibet, so vermehret man den Umlauf in allen Eingeweiden des Unterleibes; man kömmt den Verstopfungen zuvor, man vertreibt sogar diejenigen, die schon angefangen haben, zu entstehen, man macht die Galle fliessend, man erleichtert die Absonderungen, man stellet die Verdauung wieder her. Wenn man den ganzen Körper reibt, so befördert man die Ausdünstung, und vermehret den Umlauf: das Reiben kann ihn dermaßen beschleunigen, daß, wenn man es stark und lang thut, man ein heftiges Fieber verursacht: und dadurch er-

setzt man ein wenig den Mangel der Bewegung. Die Alten, welche den ganzen Vortheil dieses Reibens kenneten, gebrauchten es nicht nur als ein Heilungsmittel, sondern es war auch ihr tägliches Mittel, ihre Gesundheit zu erhalten. Unglücklicherweise hatte man beynahe gänzlich den Gebrauch desselben unterlassen: die englischen Aerzte fiengen zu Ende des vorigen Jahrhunderts an, es wieder einzuführen, und es schickt sich für niemanden besser, als für die Gelehrten; allein ich rathe ihnen, ehe sie es gebrauchten, dasjenige zu lesen, was Celsus und Galenus über diese Materie geschrieben haben.

§. 86.

So nützlich ihnen aber die Mittel sind, von denen ich eben geredet habe, so sind es die mineralischen Wasser nicht weniger. Es giebt deren verschiedene Gattungen; alle können in gewissen Fällen ihren Nutzen haben: allein die, jenigen, welche am häufigsten gebraucht werden= diejenigen, welche die ersten Anfälle der Krankheiten der Gelehrten am gewöhnlichsten verlangen, sind die säuerlichen, einfachen und eisenartigen Wasser (*). Der Urheber der Natur, der sehr mächtige Kräfte in sie gelegt, hat gewollt, daß sie sehr allgemein wären. Es giebt wenig Länder, wo man nicht welche findet; es giebt

(*) Einige Aerzte nennen sie alkalische Wasser, eine Benennung, die dem säuerlichen ganz entgegen gesetzt

giebt welche, wo sie sehr häufig sind; man entdeckt alle Tage neue: allein unter die kräftigsten kann man zählen, die zu Eger in Böhmen, zu Tonstein (*) im Erzbisthum Cöln, zu Selz im Churfürstenthum Trier, zu Petersthal im Elsas, zu Amphion oder Evian in Savoyen (**), zu Rolle am Ufer unsers Sees in einer glücklichen Lage: und um zu den stärksten fortzugehen, die zu Forges in der Normandie, des Herrn Calsabigi seine zu Paßi, zu Ribos in Spanien zu Tonbridge in England, zu Altwasser in Schlesien an der polnischen Gränze, zu Medewi und Wiksberg in Schweden, zu Schwalbach in Franken, zu Spaa im Fürstenthum Lüttig, zu Pyrmont in der Grafschaft Waldeck. Allein das Selzer, Schwalbacher, Pürmonter und Spaa Wasser kann leicht statt aller andern dienen; und unter denen wird das Selzer Schwalbacher und Spaa Wasser am meisten gebraucht; man trinkt es in ganz Europa: die beständigsten

Wir-

setzt ist: beyde sind in der Natur gegründet, allein, ich würde sie lieber alkalische nennen, weil die Wirkungen dieses Mittels diese Benennung am meisten rechtfertiget.

(*) Acidulæ Antoninæ

(**) Statt des Brunnens von Evian hat mich der Uebersetzer das heiße schweflichte Bad zu Aix in Savoyen rathen lassen: ich führe diesen Fehler deswegen an, weil er sehr gefährlich ist.

Wirkungen derselben sind die Verstopfungen der Eingeweide des Unterleibes zu vertreiben, die Verdauung wieder herzustellen, den Schlaf wieder zu bringen, die Ausdünstungen zu erleichtern. Hieraus sieht man, wie nützlich sie den Gelehrten seyn müssen. Wenn man zu den Vortheilen, welche sie an und vor sich selbst verschaffen, noch diejenigen hinzufüget, die man erhält, wenn man alle Anstrengung einstellt: desgleichen die, welche die freye Luft, die Bewegung, die Diät giebt; so wird man leicht die außerordentlichen Kuren begreifen, welche sie wirken, zumal, wenn man sie an dem Orte selbst trinkt, weil sie erstlich daselbst viel stärker sind; zweytens, weil die Reise, die Veränderung der Gegenstände, die Zerstreuung, eben so viel Gutes thun, als die Brunnen selbst; und man weis, daß bloße Reisen, welche Gelehrte unternommen, entfernte Bibliotheken zu besehen, sie von der Hypochondrie geheilet haben, der sie unterworfen waren. Sie müssen jedoch die Brunnen niemals gebrauchen, ohne zuvor mit einem erfahrnen Arzte davon gesprochen zu haben; je wirksammer sie sind, desto mehr können sie schaden, wenn man sie zur Unzeit, oder nicht recht braucht. Der gelehrte Morhof, der in eine Cacochymie, als eine Folge des Kummers in einem hohen Alter gefallen war, wollte wider den Willen seines Arztes das Pyrmonter Wasser gebrauchen, und starb auf seiner Rückreise unter Weges (*).

Wenn

(*) Behrens select. diæ tetic. p. 480.

Wenn die Gelehrten von schweren Krankheiten angegriffen werden, so muß man nicht vergessen, daß der Kranke, den man vor sich hat, ein Gelehrter ist, und selten die Stärke besitzt, welche man bey Leuten von andern Ständen findet. Man hat bereits angemerket, das sie den Entzündungskrankheiten weniger unterworfen sind; denn diese sind die Krankheiten starker sanguinischer, sich wohl befindender Leute: die faulen Krankheiten hingegen, welche von übler Verdauung und von Verstopfungen in den Gedärmen des Unterleibes herrühren, sind die ihrigen. Auch ist ihnen das Aderlassen nicht so zuträglich als das Purgiern (*): das Aderlassen entkräftet sie sogleich; und ich habe angemerkt, daß, wenn irgend eine unumgänglich nöthige Ursache verlangte, Gelehrten die Ader zu schlagen, deren Gesundheit durch das Studiren bereits verdorben worden war, sie fast jederzeit Zufälle von der Nervenhypochondrie bekamen. Man schrieb den Tod des Gassendi dem Aderlassen zu, wodurch er sogleich seine Kräfte verlohren hatte. Herr Geßner, Professor der Naturlehre zu Zürich, und einer von den Männern, welche der Schweiz die größte Ehre machen, dem zu Paris bey einem leichten Fieber in seinen besten Jahren eine Ader geschlagen worden war, blieb über sechs Monate in einer Mattigkeit, wovon er sich mit schwerer Mühe wieder erholen konnte (**)

(*) Ramazzini, p. 656.
(**) Vita Gesneri. p. 2.

Ein andrer Arzt, der mein Freund ist, hatte gleiches Schicksal; und alle Aerzte, welche in gelehrten Städten practiciren, haben gewiß Gelegenheit gehabt, sich von dieser wichtigen Wahrheit zu überzeugen; die übeln Wirkungen des bey einem schwachen Menschen zur Unzeit angebrachten Aderlassens sind nicht so leicht wieder zu heben, als man wohl meynen möchte.

§. 88.

Die Purganzen gehen viel besser auf den Grund der fieberhaften Krankheiten der Gelehrten, als das Aderlassen; es ist eins von den Mitteln, welches bey ihnen am glücklichsten wirket, und ihre schweren Krankheiten lassen sich schwerlich vertreiben, wenn sie nicht zuvor gereiniget werden; auch ist dieses ihr Liedlings Arzneymittel; sie sind ihm sehr ergeben, und so gar wenn sie sich wohl befinden, sind sie nur allzugeneigt, es zu misbrauchen. Die Hartleibigkeit der sie unterworfen sind, verursacht ihnen Beschwerlichkeiten, welche sie nicht anders als durch einige Stuhlgänge los werden können. Die Mittel, welche ihnen diesen Vortheil verschaffen, scheinen ihnen außerordentlich nützlich, und es hätte wirklich nichts zu bedeuten, daß sie sich desselben bisweilen bedienten, wenn sie nur ein gelindes und stärkendes Mittel wähleten. Der Kanzler Baco empfiehlt ihnen die Rhabarber, welche

welche er misbrauchte (*) und der ich die Aloe, welche Celsus bereits gerathen hat, vorziehen würde, weil sie unter allen Purgiermitteln dasjenige ist, welches der Verdauung am wenigsten Schaden thut; es scheint wie eine Seife zu wirken, und die Galle zu ersetzen, deren Stärke bey den Gelehrten oft verlohren gegangen ist. Wenn hingegen die Galle so viel Schärfe bekommen hat, wodurch sie einem beständigen Bauchgrimmen ausgesetzt sind, weil ihre Nerven immer gereitzet werden, so muß man die gelindesten Laxirmittel gebrauchen, und das Mark vom Caßia, so man ganz frisch herausgenommen hat, ist am besten zu gebrauchen. Sie mögen sich aber zu einem entschließen, zu welchem sie wollen, so kann ich sie nicht genug vor der Gefahr warnen, es zu oft zu wiederholen; das öftere Purgiren verhindert den Körper an seiner Nahrung, und dadurch wird er geschwächt; über dieses werden die Gedärme immer nach-

(*) Non possum probare institutum *Verulamii*, qui ut in ipsius vita traditur, sex aut septem diebus ante cibum rhabarbaro usus est, ut immune corpus excrementis redderet. Satius fuisset, si correcta paulatim victus ratione, ab omni remedio abstinuisset. Sic enim excrementis, ipsoque adeo remedio purgante, totius assumendo, facile carere, vitamque haud dubie longius producere potuisset. I. G. BERGERVS de *commodis vitæ sobriæ*. §. 25.

läßiger, und hören endlich ganz und gar auf ihre Verrichtungen zu thun; der feine Schleim, der an den Seiten derselben liegt, geht dadurch weg und läßt die Nerven blos liegen, worauf heftiges und öfteres Bauchgrimmen entsteht, so daß man eine sehr gelinde Diät beobachten muß, wovon man sich im geringsten nicht entfernen kann, ohne die schrecklichsten Schmerzen zu leiden.

§. 89.

So bald die Gelehrten das Fieber bekommen, so muß man auf ihr Gehirn Achtung geben; es wird leicht verwirrt, und das geringste Fieber bringt bey ihnen einen Wahnwitz hervor, der um so viel schädlicher ist, da er die Thätigkeit der Nerven auf den Leib vermindert; und diese Verminderung vermehret die Schwäche, und störet die Abwechselungen der Krankheit, welche um so viel weniger erfolgen, je mehr die Nerven in Unordnung sind. Die Nerven der Gelehrten leiden, so bald sie ein wenig krank sind: sie bekommen sogleich Kopfschmerzen; das Tageslicht, das Geräusch, die Gesellschaft, alles ist ihnen beschwerlich; und ich habe oft einen bloßen Zufall eines eintägigen Fiebers mit einer Schwäche und solchen Zufällen begleitet gesehen, die jemanden zu erschrecken im Stande gewesen wären, der die wahre Ursache davon nicht eingesehen

gesehen, und sie als bösartige Zufälle betrachtet hätte.

§. 90.

Die Genesungen gehen jederzeit langsam von statten; die Kräfte kommen langsamer zurück, besonders aber empfindet der Geist den Einfluß der Krankheit; und ich habe wenig Gelehrte gesehen, die sich bey dergleichen Umständen nicht über ihr Gedächtniß und über eine Schwäche im Kopfe beklagt hätten, die man auf ihrem Gesichte hat wahrnehmen können. Sind sie so unbesonnen, und nehmen ihre Beschäfftigungen wieder vor, ehe sie vollkommen hergestellet sind, so ziehen sie sich die traurigsten Uebel zu: Der Kopf, die Augen, der Magen werden am ersten gestraft werden, und alle Verrichtungen werden es empfinden. Die Wirkung des Anstrengens ist so merklich bey den Nerven, daß ich mehr als einmal gesehen habe, daß das Nachdenken, oder ein aufmerksames Lesen die Wirkung der Purgiermittel verhindert hat. Indem die Gelehrten ihre völlige Genesung verabsäumen, so setzen sie sich der Gefahr aus, ihre Gesundheit niemals wieder zu erlangen, und sich zu allen großen gelehrten Unternehmungen untüchtig zu machen; man rechnet sehr schlecht, wenn man die Wohlfahrt seines Lebens dem Vergnügen aufopfert, sich

dem Gegenstande seiner Leidenschaft einige Tage eher zu überlassen; allein die Leidenschaften rechnen niemals, und die Leidenschaft, die Wissenschaften zu treiben, ist vielleicht die blindeste unter allen. Die Schlaflosigkeit plaget die Gelehrten, mit denen es sich bessert, immer am meisten: sie bekommen den Schlaf viel schwerer wieder, als andere Kranke; bisweilen wirken die süßen Weine in diesem Falle sehr gut; vornehmlich thun sie bey denen, die sich nicht daran gewöhnet haben, die besten Wirkungen; sie wirken wie die dumm machenden Mittel, und haben doch ihre Gefährlichkeiten nicht: sie stellen hingegen die Kräfte des Magens wieder her, den die warmen Getränke geschwächt haben, welche die Krankheit nothwendig gemacht hat; sie bringen überhaupt die Kräfte wieder, und machen frischen Muth.

§. 91.

So viel nun auch die Gelehrten für ihre Gesundheit Sorge tragen müssen, so ist doch dieses einer der wichtigsten Punkte, daß sie nicht Sklaven derselben werden: man giebt ihnen Schuld, daß sie leicht Gewohnheiten annehmen, und eine strenge Gewohnheit ist eine wahre Dienstbarkeit. Ich habe Gelehrte gekannt, die sich so knechtisch an ihre Diät hielten, daß ihr Geist völlig von dem Leibe abgieng; und was

kann man von einem Menschen denken, den eine um eine Stunde aufgeschobene Mahlzeit, die veränderte Hitze eines Ofens, die gestörte Zeit seines Niederlegens oder Aufstehens, zu allem ungeschickt machen? Ich erinnere mich, vor vielen Jahren ein Werk gelesen zu haben, worinne man zu beweisen suchte, daß sich die Gelehrten alle nur mögliche Bequemlichkeiten verschaffen müßten: ein Mensch, welcher leidet, ist ohne Zweifel nicht im Stande, mit Aufmerksamkeit zu arbeiten; allein die wahre Art für die Gelehrten, sich alle Bequemlichkeit zu verschaffen, ist diese, daß sie alle ihre Nothwendigkeiten einschränken lernen.

§. 92.

Ich habe, so viel mir möglich gewesen ist, die Ursachen, die Zufälle, die Präservative, die Heilungsmittel der Krankheiten, welche eine allzu große Anstrengung verursachet, zu entwickeln gesucht: Doch werden Sie finden, daß mein vorgenommenes Werk noch nicht völlig zu Stande gebracht ist; und Sie bemerken, meine Herren, daß ich das geschickteste Mittel, die Gesundheit zu erhalten, noch nicht angeführet habe, und dieses ist die Zufriedenheit des Geistes, welcher die Reinigkeit der Sitten giebt. Ein guter Lebenswandel ist die Mutter der Fröhlichkeit, und die Fröhlichkeit ist die Mutter der Ge-

sundheit: der Gelehrte findet seine Lection in den Kennzeichen des glücklichen Menschen des Horaz:

Mens conscia recti in corpore sano.

Weise und gelehrt sind lange Zeit gleich bedeutende Ausdrücke gewesen, und man lernete die Tugend und die Wissenschaft in einerley Schulen: ein Gelehrter ohne Sitten war ein unbekanntes Wesen.

Quid Musæ sine moribus vanæ proficiunt.

Man verachtete die Leute, welche, indem sie sich beständig mit der Untersuchung des Schönen und Erhabenen beschäfftigen, das Gute sehen und das Böse thun, und sich dadurch der süßesten unter den Vergnügungen des Andenkens an eine gute Handlung berauben, deren Wirkungen, so wie aller angenehmer Empfindungen ihre, sind, allen Verrichtungen eine Stärke, eine Fertigkeit, eine Regelmäßigkeit zu geben, welche der Grund einer dauerhaften Gesundheit sind. Da hingegen die Traurigkeit als eine beständige Frucht der Gewissensbisse die Fiebern schlaff macht, die Verdauung störet, die Kräfte vernichtet und zur Auszehrung führet. Ich denke nicht ohne Entsetzen an die Angst einiger Leute, die ihre empfangenen Gaben gemisbrauchet hatten, und daher den Augenblick, der ein so übel geführtes Leben endigen sollte, mit einem Schre-

cken haben ankommen sehen, das sich schwerlich schildern läßt: mit Entzücken hingegen denke ich an das sanfte und tröstliche Ende jener verehrungswürdigen Leute, welche, nach dem Rathe des Plinius, ihr ganzes Leben über gelebt hatten, wie man sich zu leben vornimmt, wenn man sich recht übel befindet, und welche in einem hohen Alter bis an den Rand des Grabes die Süßigkeit eines ruhigen Gewissens, die Lebhaftigkeit ihrer Sinne, und die Stärke ihres Verstandes genossen haben. Da der berühmte Geschichtschreiber, Paul Jovius, den Nicolaus Leoniceni, einen der berühmtesten Gelehrten des fünfzehnten Jahrhunderts, mit Erstaunen fragte, durch was für ein Geheimniß er über neunzig Jahre ein getreues Gedächtniß, vollkommene Sinne, einen geraden Leib, und eine vollkommene Gesundheit erhalten hätte: so antwortete ihm dieser Arzt, daß dieses die Wirkung der unschuldigen Sitten, der Ruhe des Geistes und der Mäßigkeit wäre (*).

§. 93.

(*) Vividum *inquit* ingenium perpetua vitæ innocentia, salubre vero corpus hilari frugalitatis præsidio facile tuemur. *Petr. Castellani* vitæ medic. &c. Leoniceni wurde zu Vicenza im Jahre 1423. gebohren, und starb zu Ferrara im Jahr 1524. nachdem er die Arztneykunst daselbst über sechzig Jahre gelehret und ausgeübet hatte.

§. 93.

Es würde unnöthig seyn, sich weitläuftiger hier einzulassen, ich will mit einer Anmerkung schließen, um vielleicht einem Scheineinwurfe zu begegnen, den man aus diesem Werke ziehen könnte. Es legt einen Entwurf der Uebel vor Augen, welche ein allzu übermässiges Studiren verursachet: allein man muß ja nicht daraus schließen, daß ich die Wissenschaften für gefährlich halte, und solche ekelhaft machen wollte. Diese große Frage ist noch nicht ausgemacht, und ich bin sehr weit davon entfernt, mich in diesen bekannten Proceß einlassen zu wollen: denn wenn es auch wahr wäre, welches ich doch nicht glaube, daß sie, zum Glücke der Gesellschaft überhaupt genommen, nichts beytragen; so würde man doch, wie ich glaube, schwerlich läugnen können, daß die Erkenntniß der Gelehrsamkeit das Glück desjenigen der sie besitzt, nicht vermehren sollte, wenn er sie weder auf Unkosten seiner Pflichten, noch auf Unkosten seiner Gesundheit erlanget (*). Da ich durch viele Beyspiele die Gefahr des frühzeitigen Studirens zeige; so habe ich dadurch nicht sagen

(*) Adolescentiam alunt, senectutem oblectant, secundas res ornant, adversis solatium præbent, delectant domi, non impediunt foris, pernoctant nobiscum, peregrinantur, rusticantur. *Cicero* Orat. pro Archia.

sagen wollen, daß man die erste Kindheit in einem gänzlichen Müßiggange lassen müsse; dieses ist nicht meine Meynung, ich glaube vielmehr, daß die Kinder fähig sind, gleich von den ersten Jahren ihres Lebens an einige Kenntnisse zu erlangen (*): allein man mußte es ohne Zweifel anders angreifen, als man bisher gethan hat. Vornehmlich schiene mir überaus wichtig, daß sich die erste Erziehung sogleich auf die künftige Lebensart bezöge: Die Erziehung junger Leute, welche dem Studiren gewidmet sind, sollte von der unterschieden seyn, welche man den andern Ständen giebt, und ihre Seelenkräfte müssen in der Jugend mit der größten Sorgfalt geschonet werden. Unter zehen Kindern von neun Jahren, die verschiedenen Berufen gewidmet sind, wollte ich, daß dasjenige, so studiren soll, am wenigsten verstünde: im zwölften Jahre, welches das Alter ist, wo Pascal und Newton noch kein Latein verstunden, würde es anfangen die andern zu übertreffen; und im sechzehnten Jahre würde der Unterschied überaus groß seyn. Und da ich diejenigen getadelt habe

(*) Quamlibet parum sit, quod contulerit ætas prior, majora tamen aliqua discet puer eo ipso anno, quo minora didicisset. Hoc per singulos annos prorogatum in summan proficit: & quantum in infantia præsumptum est temporis, adolescentiæ acquiritur. *Quinctilianus* de Instit. Orat. lib. 1. cap. 1.

habe, welche sich dem Studiren unmäßig überlassen; so habe ich diejenigen nicht gemeynet, welche die Wissenschaften auf eine vernünftige Art treiben; und wenn man sich den traurigsten Uebeln aussetzet, indem man alles der Liebe zu den Wissenschaften aufopfert, so setzt man sich der Schande aus, wenn man in der Unwissenheit bleibt. Als der Ynca Atabaliba die Unwissenheit des Bruders Pizarre entdeckt hatte, so faßte er eine unüberwindliche Verachtung gegen ihn; welches mir ein vortrefflicher Beweis für die Nothwendigkeit der Erziehung zu seyn scheinet.

E N D E.

BSB Bayerische StaatsBibliothek

MDZ Münchener DigitalisierungsZentrum Digitale Bibliothek

Tissot, Samuel Auguste André David

Von der Gesundtheit der Gelehrten und anderer Leute, die bey ihren Geschä
fften weinge Bewegung machen

Wien 1770

Regensburg, Staatliche Bibliothek -- 999/Med.440
urn:nbn:de:bvb:12-bsb11106293-8
VD18 12763519-001